Recuzită pentru călătoria şamanică

Menţionam în numărul trecut câteva repere ale fenomenului şamanismului (care nu trebuie identificat câtuşi de puţin cu vrăjitoria, cu magia), privit înainte de orice ca o manieră de a trăi în armonie cu lumea naturală ce ne înconjoară şi cu care ne aflăm în conexiune permanentă, dintotdeauna. Este totodată cea mai veche metodă ce permite utilizarea stărilor de conştiinţă modificată pentru a găsi soluţii diferitelor probleme şi a vindeca.

Şamanismul presupune şi riscuri enorme, ruperea dramatică a legăturilor dintre mesagerul iniţiat şi lumea noastră, capturarea totală şi definitivă a spiritului şamanului de către spiritele nevăzute. Tocmai pentru a reuşi să depăşească toate marile încercări ale drumului său, acesta trebuie să adopte o costumaţie şi o recuzită extrem de complexă, nu în primul rând spectaculoasă până la senzaţional, ci în mod esenţial necesară şi utilă în sensul cel mai pragmatic.

Costumul ritualic diferă nu doar între comunităţile în care se practică şamanismul, ci şi de la un şaman la altul. De regulă, el este compus din piese vestimentare asemănătoare unor rochii lungi, viu colorate şi împodobite cu tot felul de obiecte, fie textile, fie metalice ori de lemn, menite să ţină la distanţă spiritele rele, să le captureze chiar pe cele ce pot fi de ajutor sau care nu trebuie să pătrundă cu niciun preţ în spiritul călător al şamanului, să producă sunete ritmice cât mai puternice, capabile să producă „dereglări" în universul halucinant de dincolo, astfel încât mesagerul pământean să aibă o cale deschisă către acel tărâm şi apoi dinspre acesta înapoi, în lumea noastră.

Tot din costumaţia respectivă face parte bizarul acoperământ al capului, de multe ori structurat în jurul unui cadru metalic asemănător unei căşti de protecţie (de altfel, într-un anume fel, chiar aşa ceva este) şi împodobit cu felurite obiecte mărunte, dar purtătoare de simboluri ce pot deveni vitale pe parcursul ritualului, cum sunt penele (de vultur, spre exemplu), precum şi coarnele de cervidee.

Cea mai importantă piesă din recuzita şamanică este însă toba, dotată cu numeroşi clopoţei, pictată într-un anume fel, instrument care indică rangul şi puterile şamanului, dar e totodată o „armă" şi un mijloc esenţial de împlinire a misiunii cu care iniţiatul porneşte spre lumile nevăzute. Dacă toba e neglijată, dacă o fură cineva, dacă se sparge, şamanul îşi pierde aproape irevocabil puterile şi cade în extrema cea mai de jos a comunităţii, din care poate fi chiar alungat.

Tot ca o altă interesantă condiţie a instalării stării de transă, mai putem aminti utilizarea unor halucinogene, a alcoolului, chiar a unor stupefiante în contexte oarecum mai „culte", a fumului ori a unor „ceaiuri" din plante sălbatice cu aceleaşi calităţi periculoase pentru un om obişnuit. Ciudat e însă că, aflat sub puternica influenţă a acestor substanţe, dansând nebuneşte cu ochii închişi, menţinând ritmul tobei şi rostind fără greş incantaţiile sale speciale, şamanul îşi păstrează permanent poziţia verticală (dacă ar cădea, ar fi pierdut!) şi nu îi atinge niciodată pe cei din jur, strânşi în cerc ca la un spectacol nelumesc!

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 *de locuri de văzut în România*

Cheile Tişiţei

Desprinse parcă din alte vremuri, când vegetaţia şi fauna, pe aceste meleaguri, erau mai abundente, iar tăietorii de lemne şi braconierii mai puţini, Cheile Tişiţei reprezintă o veritabilă oază de frumuseţe şi sănătate, fiind, totodată, şi o atracţie turistică importantă pentru toţi cei ce vizitează Vrancea. Dacă mergeţi pe drumul naţional 2D, din direcţia Focşani – Târgu Secuiesc, veţi ajunge în localitatea Lepşa, iar de aici până la rezervaţia naturală Cheile Tişiţei mai aveţi doar puţin de mers, putând străbate drumul şi pe jos, pentru a vă odihni privirile cu verdele pădurii şi a vă răsfăţa plămânii cu aerul ozonat.

Aici, turiştii pot găsi plante rarisime pentru această parte a Europei, precum plantele alpino-boreale sau atlantice. Iar vegetaţia bogată nu este singurul element incitant, deoarece pasionaţii de drumeţii vor fi uimiţi să întâlnească la Cheile Tişiţei un relief cu aspect de canion, cu zone foarte accidentate, pereţi aproape verticali, numai buni pentru amatorii de alpinism, dar şi văi molatice, locuri ideale pentru un picnic în mijlocul naturii. Ceea ce e şi mai surprinzător e faptul că în secolul XIX, toată această întindere fusese deja defrişată, fiind ulterior îmbătrânită – regiunea reprezintă un excelent exemplu pentru forţa de regenerare a naturii. Din pădurile dese de foioase şi conifere nu lipsesc carnivorele mari – inclusiv lupi şi urşi! – iar pe crestele munţilor, turiştii norocoşi pot observa şi capre negre – colonizate aici în anul 1982.

Printre exemplarele floristice se numără numeroase specii protejate, ca floarea de colţ, sânzienele de munte, papucul doamnei. Dacă doriţi să rămâneţi cu amintiri de neuitat, vizitaţi zona mai ales în lunile iulie-august, când un covor de flori de colţ se aşterne pe vârful Altarul Tişiţei – dar asiguraţi-vă că luaţi de aici numai amintirile, nu şi superbele flori de colţ!

GABRIEL TUDOR

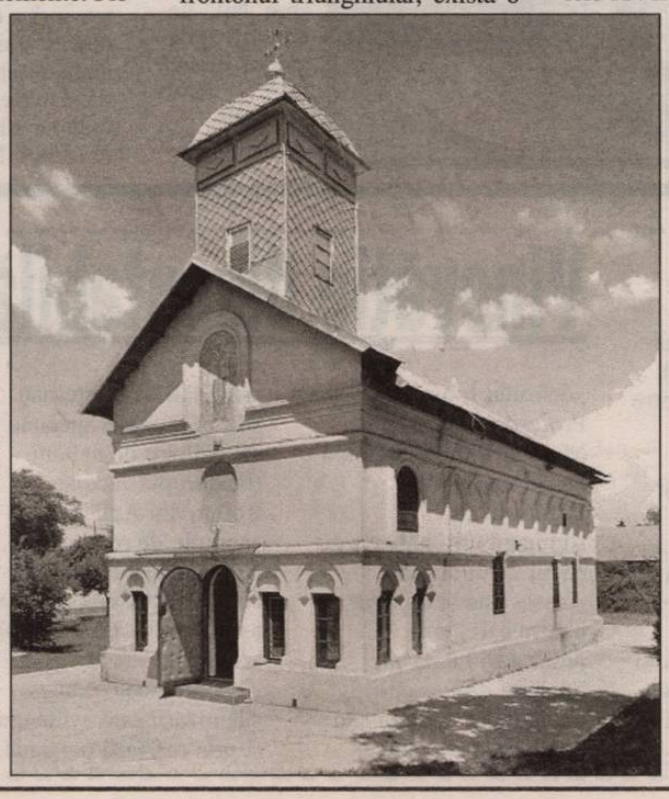
Amprente ale spiritualităţii

Biserica din Domneştii de Sus

Aflată în comuna Domneşti din sud-vestul judeţului Ilfov, biserica veche a satului are hramul Sfânta Parascheva şi a fost construită în jurul anului 1662 de către boierul Petru din Ciorogârla. A fost zugrăvită abia în 1680 de boierul Matei, mare vistier, fiul ctitorului. Există însă numeroase păreri – neatestate documentar – conform cărora ctitorul locaşului ar fi Ioan Caragea. În acest caz biserica ar fi fost construită în secolul al XIX-lea dar ipoteza este contrazisă de o serie de elemente. Primul ar fi acela că exact în jurul anului 1662 boierul Petre Ciorogârleanu a primit rangul de mare sluger. Există apoi tabloul votiv din partea dreaptă a pronaosului care ni-i prezintă pe boierii Matei, Petru şi pe jupâniţa Păuna.

Biserica de piatră e înălţată într-o incintă îngrijită, la circa 100 metri de malul stâng al râului Sabar. Are lungimea de 17 metri, lăţimea de 6,60 metri, forma de navă, alungită şi absida decroşată a altarului, poligonală în exterior şi rotundă în interior.

Are o singură turlă de formă pătrată şi în exterior faţadele sunt împărţite în trei registre prin două brâuri realizate din cărămizi rotunjite. Registrul de sub cornişă este mult mai mic decât celelalte două, aproape egale, şi se crede că a fost adăugat ulterior. Registrul median este decorat cu zece arcade frânte, dublu îmbinate. Faţada de vest nu conţine aceste elemente şi se crede că a fost adăugată. Există aici o singură ocniţă în care urma să fie pictată icoana de hram. Deasupra, în frontonul triunghiular, există o ocniţă mai mare, pictată. În partea vestică se află şi pridvorul sprijinit pe şase stâlpi ziditi în faţadă. Cele cinci faţete ale altarului prezintă câte două arce duble îmbinate.



În interior, pronaosul este despărţit de naos printr-un zid cu o uşă. Se crede că acesta era cândva zidul vestic al bisericii între pronaos şi pridvor. Pridvorul iniţial a fost asemănător locaşurilor cantacuzine din Filipeştii de Pădure (1688) şi Ludeşti (1670).

În jurul anului 1988 în Domneşti s-au derulat două campanii de cercetări arheologice care au dezvăluit, pe lângă materiale din epoca bronzului şi altele din secolele III-IV d.Ch. şi X-XI d.Ch. şi o serie de morminte din secolele XVII-XIX. Pietrele tombale descoperite apoi în campania din 2001 şi alte morminte au dovedit faptul că aici s-a aflat cândva un cimitiri sătesc. Poziţia acestor morminte indică şi faptul că pe locul respectiv s-a aflat cândva o biserică de lemn care a ars în întregime. De aici rezultă urma de arsură depistată în profil lângă zidul actualei biserici.

În timpul lui Ioan Vodă Caragea aşezământul a funcţionat ca paraclis al reşedinţei domneşti, perioadă în care i-au fost aduse o serie de modificări în partea de vest.

IRINA STOICA

Sfinxul, monumentul sacru

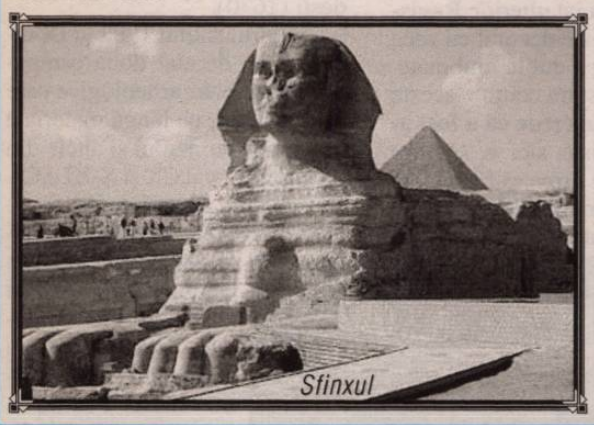
Sfinx natural din Bucegi

„Atunci când vom reuşi să pătrundem în interiorul Sfinxului, când vom descifra inscripţiile aflate în camerele sale şi când vom restabili galeriile care-l leagă de piramida lui Kefren, acest enigmatic monument va rupe, în sfârşit, tăcerea”.

Această idee, hazardată pentru unii, a fost emisă în urmă cu peste un secol de arheologul francez Louis Contouye. Pe atunci, în anii 1902-1905, se desfăşura prima mare „dezgolire” a trupului Sfinxului, îndepărtându-se nisipul deşertic până la nivelul platformei naturale pe care a fost construit. Acum mai bine de 4.500 de ani, în timpul domniei faraonului Kefren (2558-2532 î.Ch.), în apropiere de piramida suveranului (urmaş al lui Keops) a „apărut protectorul sufletului său, Sfinxul”. Specialiştii spun „apărut” pentru a-şi manifesta uimirea faţă de randamentul extraordinar al constructorilor egipteni din antichitate. Pe perioada unei domnii de 26 de ani, pe platoul de la Giseh au fost durate atât piramida lui Kefren, cât şi o „monstruoasă” statuie de 57 de metri lungime şi 20 înălţime – celebrul şi temutul Sfinx. Cărui scop servea acest monumentalism? Doar orgoliul şi excentricitatea faraonului au fost motivele?

Termenul din egipteana veche care denumea Sfinxul, preluat apoi de greci, însemna *statuie vie*. Leul cu cap de bărbat (figura lui Kefren, probabil) nu este neapărat un simbol al forţei (deşi are funcţia de gardian), ci unul al tăcerii veşnice. Cele mai noi teorii leagă acest înţeles al „pietrei vii” de relaţiile dintre vechii regii egipteni – în special cei din dinastia a IV-a, Keops, Kefren şi Mikerinos – şi societatea secretă a preoţimii, deţinătoarea unor cunoştinţe privind atât istoria predinastică a Egiptului, cât şi informaţii ştiinţifice despre viaţă. Disproporţionat de mari sunt labele din faţă ale Sfinxului – 15 metri lungime –, faţă de cele posterioare. De ce? Orientarea foarte precisă, spre răsărit şi spre Nil, generează o legătură directă între ochii „leului” – aflaţi la 8,5 metri înălţime – şi zeul Soarelui, suprem în panteonul egiptean. Această axă est-vest a trupului formează împreună cu diagonalele bazelor celor trei piramide de pe platoul Giseh „triunghiurile sacre”, în care sunt puse în evidenţă celebrele numere „pi” (3,14) şi „numărul de aur” (1,618), care, de fapt, aveau să fie descoperite mult mai târziu de către geometrii greci.

Sfinx din Naxos, Grecia


Sfinxul

Poziţionarea şi dimensiunile colosale ale Sfinxului au condus la o concluzie cvasi-unanimă a cercetătorilor: complexul de la Giseh ascunde mesaje codificate geometric şi trigonometric. Se bănuieşte că între toate „piesele” plasate acolo în timpul dinastiei a IV-a există legături subterane care se intersectează şi care conduc spre săli de iniţiere şi/sau biblioteci ale elitei vechiului cler egiptean... Este oare întâmplător că pe stela dintre labele anterioare ale Sfinxului este inscripţionat „visul lui Tutmes al IV-lea”? Textul spune că acest bărbat a ajuns faraon (în dinastia a XVIII-a, 1500 î.Ch.) pentru că în vis Sfinxul i-a spus să-i înlăture nisipul care-i ajunsese până peste gât. Se pare că atunci a fost prima şi ultima oară când „leul” s-a adresat unui om. Cele mai preţioase informaţii din interiorul său ar fi ajuns în cele din urmă în Biblioteca din Alexandria... În România se găsesc mai multe formaţiuni stâncoase a căror înfăţişare specială le-a atras denumirea de sfincşi. Natura a fost aceea care a sculptat, prin eroziune, „fizionomii umane”, iar asocierea cu Sfinxul de la Giseh s-a impus prin măreţia şi misterul lor. Cele mai renumite se află în Munţii Bucegi şi în Munţii Măcinului.

Erori filatelice amuzante

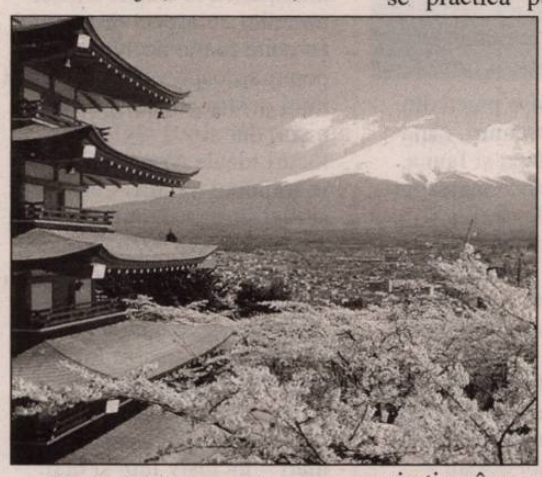
Un timbru românesc din 1972 reprezenta un cosmonaut trebăluind pe Lună. Dar în imagine apar şi paraşute de care atârnă o capsulă pentru cosmonauţi.

Partea nefericită este că Luna nu are atmosferă, deci paraşutele nu au cum să zboare pe satelitul natural al Pământului, nici măcar cu prilejul misiunilor Apollo.

ZIGZAG în timp şi spaţiu

„Frumosul” japonez

Aparent, numai două din cele trei simboluri tradiţionale japoneze sunt pline de viaţă: gheişele şi sakura (floarea de cireş). Al treilea element este unul mineral, Muntele Fuji, însă legendele şi însăşi evoluţia sa geologică l-au transformat de mult într-un personaj viu. Niponii îi spun Fuji-san, adică Domnul Fuji („Frumosul”).



Deşi originile acestui vulcan compus (are fisuri laterale pe unde iese materie vulcanică, simultan sau separat de activitatea craterului central) se pierd în negurile vremurilor preistorice, tradiţia spune fără ezitare că Fuji este fiul giganticului personaj mitologic Daidara Bochy, care l-a ridicat exact la 6 iunie anul 286 î.Ch.! Tatăl îşi iubea ca pe ochii din cap progenitura, dar în anul 781 d.Ch. Daidara s-a îndrăgostit de o prinţesă şi şi-a uitat copilul. Acesta s-a înfuriat pentru prima oară în acel an, iar de atunci şi până-n zilele noastre s-au mai produs 15 erupţii importante. În timpul celei din 1707, Edo (vechiul nume al capitalei Tokyo) a fost complet acoperit cu cenuşă.

Înalt de 3.776 de metri, Fuji are un singur rival pe planetă întru perfecţiune geometrică: Muntele Cotopaxi (Ecuador) este un con la fel de bine desenat de activitatea vulcanică. Străbătut de mai multe şosele pentru turişti, acest „Domn frumos” aduce o binefacere spirituală japonezilor în fiecare vară. Răsăritul de soare admirat de pe Fuji se numeşte „goraiko”, adică „onoarea de a întâmpina lumina”.

De asemenea, la altarele shintoiste amenajate în anumite puncte ale potecilor alpine se practică purificarea şi se oficiază nunţi. Mai prozaică, staţia meteorologică de pe vârful Kengamine (supremul pisc) îi ajută pe mult încercaţii locuitori ai Japoniei să sesizeze taifunele pe când se află la 800 de kilometri de ţărm. Tot la această bază ştiinţifică, japonezii pot simţi ce înseamnă temperaturile de minus 45-50 de grade, fără să se deplaseze la Polul Nord.

Parcă urmărind legenda naşterii sale, Fuji, unicul copil al lui Daidara, s-ar putea transforma în „doi gemeni”. Din cauza unui abis cu adâncimea de 2.800 de metri, aflat în pântecul său, în secolul viitor s-ar putea ca minunatul său crater să se despice în două. Ar fi o grea lovitură pentru spiritul japonez.

Pagină realizată de
PAUL IOAN

Vinovăţie discutabilă

În labirintul miturilor şi al folclorului despre oameni-lup, psihiatria modernă face o distincţie netă între „licantrop” (cel ce se percepe pe sine şi acţionează ca un lup) şi „vârcolacul” – cel perceput din exterior ca fiind lup. Pot fi aceştia acuzaţi pentru faptele lor?

În primul caz, una din problemele esenţiale este conştientizarea acţiunii bestiale din timpul „delirului lupin”. Profesorul Dean McManehem îi compară pe cei mai mulţi licantropi cu somnambulii: habar n-au ce-au făcut în criză. Acesta este şi motivul pentru care, unii judecători lucizi şi înţelepţi din veacurile trecute nu-i condamnau la moarte pe astfel de criminali, şi îi internau silit în încăperi speciale ale azilelor de nebuni (licantropul Jacques Rollet, din Angers, este exemplu de referinţă). Numai că situaţiile ce contrazic această ipoteză s-au înmulţit de-a lungul secolelor.

Fenomenul conştientizării este evidenţiat şi prin mărturii personale,

ante-factum, ale licantropilor, ceea ce trădează şi *premeditarea crimelor* respective. O metaforă sugestivă ilustrează zbuciumul sufletesc al protagonistului : „ s-a adunat în mine o haită de lupi” , declară Philipe Luvard, condamnat la moarte în Franţa, în 1972, pentru „moarte provocată prin muşcături multiple în zona gâtului victimelor”. La rândul lui, spaniolul José Maria Fernandez, care şi-a ucis în acelaşi stil animalic soţia şi copiii, spunea că devenise „gelos pe câinele casei şi dorise să dea tuturor o lecţie din care să se ştie că el este stăpânul...”.

Aceşti licantropi nu mai pot fi comparaţi cu somnambulii, există la ei acea nevoie de a ucide, specifică psihopatului ucigaş-în-serie, care exclude scuza referitoare la iresponsabilitatea făptaşului. Din punct de vedere neurofuncţional, analizele acestor bestii au arătat un conţinut extrem de scăzut de melatonină – neuromediator care echilibrează relaţia dintre instinct şi raţiune. Deci licantropii ce-şi conştientizează abominabilele fapte sunt consideraţi asasini cu „sânge rece”.

Ştiaţi că...

◆ ...pisicile nu suportă anumite mirosuri? Cel pe care îl

resping total este cel de lămâie.

◆ ...frunzele palmierului rafie, de pe malurile Amazonului, ajung la 22 metri lungime şi 12 lăţime? Sub o frunză se pot adăposti 10 oameni.

◆ ...cel mai înalt podiş din lume este Tibetul? Altitudi-

nea sa medie este de aproximativ 4785 metri.

◆ ...Pământul este permanent lovit de fulgere? În medie acestea cad de 360 de ori pe minut.

◆ ...cea mai mare scoică din lume este tridacna din Marea Barieră de corali? Are

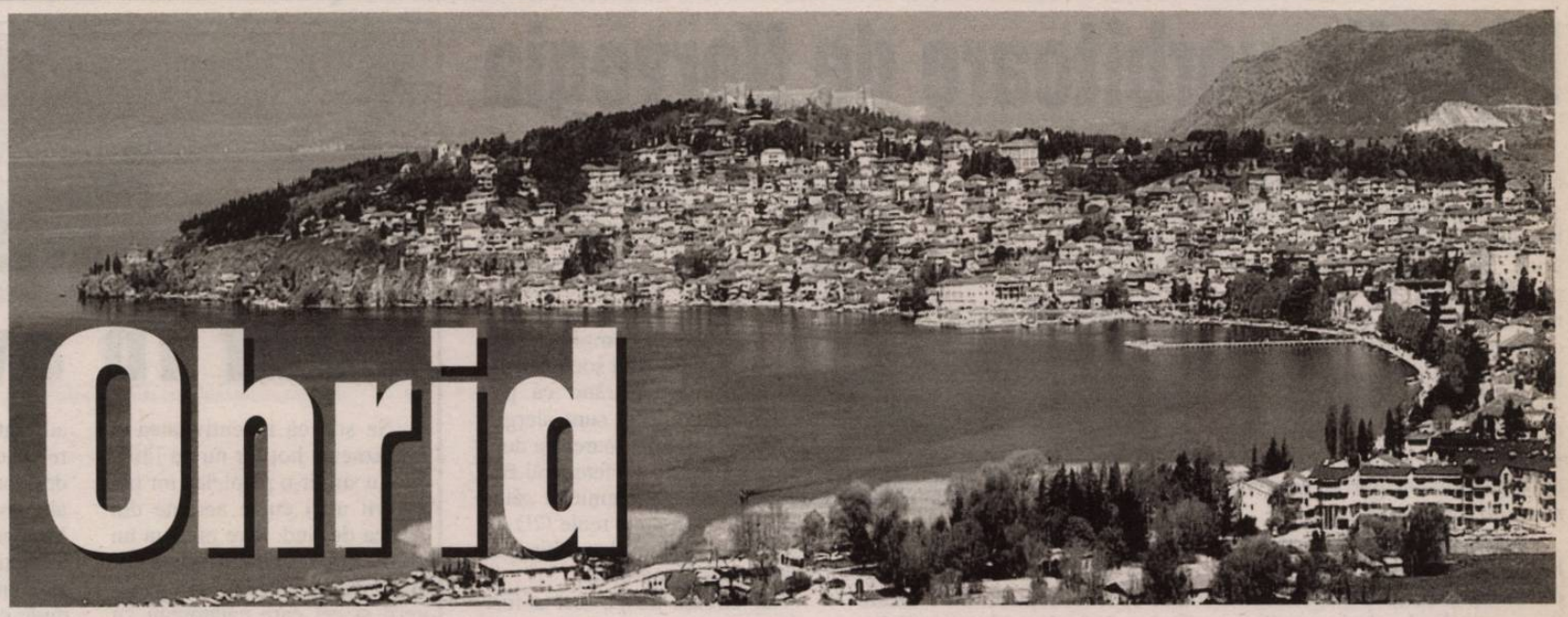
circa 1,5 m lungime, 300 kg greuntate şi cu valvele ei poate reteza piciorul sau braţul unui om.

◆ ...gândacii au sânge rece? Mănâncă mult mai puţin decât alte animale şi pot supravieţui cu o singură masă câteva săptămâni.

◆ ...singura pasăre din lume care cântă în timpul zborului este ciocârlia? În zboru-

rile ei aproape verticale emite triluri asemănătoare celor ale unei soprane de coloraturi.

Ştiaţi că...



Ohrid

Ierusalimul Balcanilor

Ridicat la înălţime, apărat de coline, întins între lacurile Ohrid şi Presna, două dintre cele mai mari acumulări de apă ale ţării, oraşul Ohrid din Macedonia este considerat unul dintre cele mai frumoase oraşe fortificate ale lumii. Aflat la sud-vest de capitală, Skopje, este al 8-lea oraş ca mărime al ţării ascunzând în zidurile sale o istorie străveche fiind cunoscut încă din antichitate sub numele Lychnidus.

Actualul nume l-a căpătat între secolele al VI-lea şi al VII-lea în timpul invaziei slave şi a fost inspirat de geografia locului, cuvântul „hrid" însemnând „colină".

Considerat important punct strategic pe drumul care lega malurile Mării Adriatice de cele ale Mării Egee, oraşul cunoaşte o perioadă de mare înflorire în timpul lui Filip al II-lea şi sub Republica Romană, când sunt ridicate numeroase monumente. Prima menţiune despre Lychinos datează din timpul conclavului de la Serdinca din anul 343 la care a participat şi episcopul oraşului Dionysus de Lychinidus.

În anul 526 oraşul este devastat de un cutremur şi după reconstrucţie are de suferit influenţa slavă, este cucerit apoi de turci şi urmează câteva secole de luptă pentru independenţă naţională. La sfârşitul secolului trecut ţara făcea parte din fostul stat federal Iugoslavia. Câştigându-şi independenţa, proclamată la 15.XI.1991, Ohridul a devenit una dintre cele mai atractive destinaţii turistice.

Înte anii 1979 şi 1980 oraşul şi lacul Ohrid au fost înscrise pe lista patrimoniului cultural mondial UNESCO atât pentru frumuseţea locurilor cât şi pentru remarcabilele monumente de arhitectură.

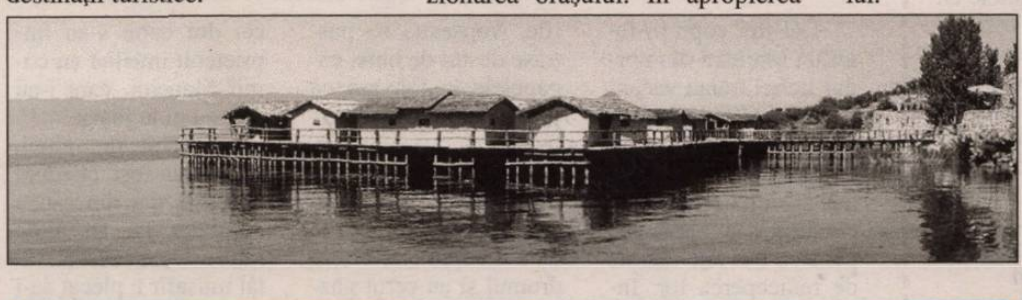
Împărţit în zona nouă şi cea veche, oraşul împleteşte perfect tradiţia cu modernul, fiind nu doar o oază de linişte ci un adevărat muzeu în aer liber. Străzile pietruite, palatele, minaretele te transportă cu gândul şi cu sufletul într-o lume în care pulsează încă amintiri care te invită parcă într-o călătorie în timpuri trecute, mergând până spre anii 350.

Reputaţia de Ierusalim al Balcanilor i se trage de la numărul mare al bisericilor. Se pare că au existat aproximativ 365 de biserici. O parte dintre acestea au fost distruse de vreme, sau transformate în spitale dar au reuşit să rămână totuşi multe, mult mai multe decât în alte colţuri ale lumii.

Partea veche a oraşului este dominată de Fortăreaţa Samuel. Zidul se întinde pe trei kilometri şi cândva avea trei porţi dintre care până în zilele noastre a rezistat numai una, „Poarta înaltă". În vremurile vechi fortăreaţa adăpostea magazii şi rezervoare importante pentru aprovizionarea oraşului. În apropierea

Porţii se înalţa Teatrul Antic ridicat de greci şi transformat în arenă de romani. Acesta a fost distrus în mare parte în timpul cutremurului şi multe dintre pietre şi basoreliefuri au fost folosite ulterior la alte construcţii.

În anul 2002 se ridică în oraş Biserica Sfântul Clement în memoria călugărului grec stabilit în oraş în 856 şi urmat de Sfântul Naum, fost elev al lui Chiril şi Metodiu, Sfântul Clement a format aici mănăstirea prin care propovăduia răspândirea mai largă a creştinismului.



Noua biserică a fost înălţată în apropierea acestui vechi aşezământ şi a unui fost atrium roman. Există nu departe şi ruinele unei bazilici din secolul al V-lea în care se păstrează imense fresce reproducând episoade din istoria locului.

Pe un promontoriu al lacului este construită biserica Sfântul Ioan de Kauco datând din secolul al XII-lea iar în partea de jos a oraşului se înalţă Catedrala Sfânta Sofia, construită în secolul al XI-lea şi servind drept sediu episcopului de Ohrid. De-a lungul vremii a fost transformată în moschee dar la începutul secolului trecut şi-a recăpătat statutul de aşezământ ortodox, fiind restaurată în 1812 şi 1850.

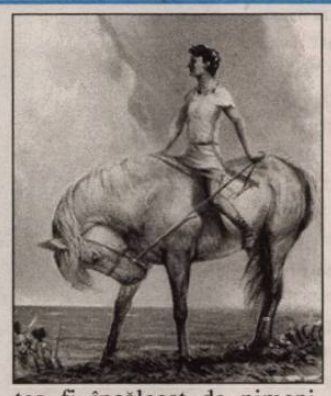
Un atractiv punct al oraşului îl constituie Muzeul din Ohrid, instalat într-un edificiu din secolul al XX-lea dar fondat în 1516 şi constituind în acest fel unul dintre cele mai vechi muzee din lume.

Simboluri ale umanităţii

Bucefal

Calul lui Alexandru Macedon se numea „Bucefal" însemnând „cap de oaie". Acest lucru se datora unor caracteristici ale animalului: fruntea largă, profilul uşor concav şi culori specific tesaliene.

A fost cumpărat de tatăl lui Alexandru pe o sumă uriaşă în anul 343 î.Hr. şi era atât de sălbatic încât nu pu-



tea fi încălecat de nimeni. Alexandru avea doar 10 ani, dar l-a îmblânzit cu mult curaj. Văzând că animalul se teme de umbră, l-a întors cu faţa spre soare şi a sărit pe spinarea lui. De atunci a fost singurul care îl încăleca deşi acum animalul accepta un îngrijitor. Calul şi-a purtat stăpânul în toate luptele victorioase şi a murit la 30 de ani, din cauza rănilor primite în lupta în care Alexandru l-a învins pe regele indian Porus. A fost înmormântat cu onoruri militare şi în cinstea lui a fost ridicată o cetate care îi purta numele.

Palatul Victoria

Aflat în Capitala ţării, Palatul Victoria este opera profesorului arhitect Duiliu Marcu (1885-1966).

A fost construit începând din 1937 şi a fost terminat în 1944.

Din cauza avariilor produse de bombardamente, lucrările au fost reluate şi finalizate în 1952.

Din 1990 a devenit sediu al Guvernului ţării.

Pagina realizată de
IRINA STOICA

Pisicile vorbitoare de Norvegia

Între anomaliile care au dat năvală în lumea de azi se numără şi patologii legate de identitatea bolnavului, care te lasă fără replică. În Norvegia (dar, foarte probabil, şi în alte părţi ale lumii) trăiesc tinere femei absolut convinse că ele sunt, în realitate, pisici. Şi se comportă ca atare, dar pe de altă parte au şi capacitatea de a încerca să explice logic pentru cei din jur – vorbind ca oamenii, desigur – motivul modului lor de viaţă şocant.

Astfel este Nano, la care psihologii şi medicii au depistat, pe când fata avea 16 ani, o anomalie genetică ce i-a declanşat bizara maladie. Totuşi, ea a acordat ziarului *The Telegraph* un interviu, în care arăta că s-ar fi născut „în specia nepotrivită": „Este mai mult decât evident, de altfel, că sunt o pisică, atâta timp cât încep să miaun şi mă pricep să torc!"

Pesemne pentru a fi şi mai convingătoare, Nano, care are o feţişoară (de femeie!) destul de agreabilă, şi-a instalat pe creştet urechi de pisică false, o blăniţă artificială roz, o coadă şi lăbuţe – toate false, iar în faţa camerelor de filmat a mimat de minune spălatul în stilul pisicilor, apoi s-a dus în dreptul ferestrei, unde a început să miaune, fără vreun complex. Mai mult, ea a şocat publicul declarând că pasiunile ei sunt alergatul după şoareci şi dormitul sub fereastră! Ba, chiar a enumerat câteva dintre avantajele reale (?!) de a fi pisică: auzi totul mai bine, ai vederea mult mai bună...

Iar cireaşa de pe tort a fost mărturisirea că o leagă o prietenie puternică de Svein, o altă creatură umană ce se consideră pisică, cu care se înţelege perfect, dar numai prin mieunat. În orice caz, e clar că, dacă Nano se simte fericită ca felină, povestea ei reprezintă o dramă cumplită, care ne face să nu ne dorim să fim în pielea – pardon, în blana! – unei asemenea persoane; fie ea şi din Norvegia. *(A.N.P.)*

Jaf în avion

Se ştie că inventivitatea şi îndrăzneala hoţilor nu au linişte. Au simţit-o pe pielea lor pasagerii unei curse aeriene din Africa de Sud, care efectua un zbor între Johannesburg şi Hong Kong. Ca mai toţi pasagerii şi cei care călătoreau cu avionul respectiv îşi puseseră în bagajul de mână tot ceea ce considerau prea preţios ca să lase în bagajul de cală.

Drumul era lung şi aproape toţi adormiseră. La un moment dat însă unul dintre ei s-a trezit şi având nevoie de ceva din bagaj a constatat uimit că cineva îl răscolise şi că îi dispăruse aparatul de fotografiat. S-a adresat imediat unui prieten care stătea ceva mai în faţă şi cei doi, au văzut stupefiaţi cum şi alţi pasageri îşi verifică bagajele. Membrii echipajului, care erau asaltaţi de plângeri, au încercat să-i liniştească pe toţi spunându-le că urmăresc de multă vreme o bandă care operează în avion şi, în avion au fost instalate o mulţime de camere de luat vederi cărora nu le-a scăpat nimic.

Ancheta este încă în desfăşurare dar nu se ştie când şi dacă păgubiţii îşi vor recupera bunurile. În orice caz avionul nu mai este la fel de sigur ca odinioară şi hoţii ajung până şi în aer. *(I.S.)*

Ecografia unui demon

Un caz care ar fi trebuit să reprezinte un simplu episod de viaţă, absolut comun, a făcut recent ca numeroşi internauţi să se cutremure de groază, dar totodată a şi înfierbântat la maximum imaginaţiile membrilor comunităţii virtuale şi nu numai.

Totul a pornit de la o ecografie făcută de o femeie gravidă, care trăieşte într-un oraş din sudul Statelor Unite, aflată la mai puţin de 10 săptămâni de sarcină. Odată obţinută imaginea clasică a fetusului, privind totul cu mai multă atenţie, cadrele medicale, dar mai ales viitoarea mamă au rămas încremeniţi de spaimă, cu impresia că ceea ce au în faţă e o secvenţă dintr-un film horror.

În centrul imaginii, fătul în plină dezvoltare se află, cum s-ar spune, „la locul lui". Dar în dreapta, cum privim poza, apare destul de bine conturată silueta a ceea ce în aparenţă seamănă cu un portret clasic al diavolului! O faţă severă, cu trăsături ascuţite, ameninţătoare, ochi de asemenea ascuţiţi care par a supraveghea copilul, ceva ce seamănă cu un corn crescut din mijlocul frunţii, torsul gol şi picioarele uşor îndoite, ca în poziţia aşezat – iată detalii mai mult decât suficiente de pe sus-menţionata zonă a ecografiei, uşor de deslusit, care dau serios de gândit.

Ajunsă pe reţelele de socializare, imaginea a dat naştere rapid la numeroase interpretări. Mulţi au „văzut" acolo, într-adevăr, chipul demonilor din cultura populară; alţii au invocat o zeiţă hindusă, ţinând cont şi de pieptul proeminent al „aparitiei", dar şi de coafură şi de poziţia corpului. Raţionaliştii, în schimb, au enunţat o ipoteză pe care ştiinţa o susţine cu argumentele ei.

Ar fi vorba despre un fenomen tipic uman – pareidolia – de natură psihologică, un fel de iluzie optică ce consistă în asocierea unor stimuli vizuali caracterizaţi prin ambiguitate, forme neclare, cu un element clar, identificabil, deseori cu o formă umană sau animal. Un exemplu mai elocvent – „identificarea" în formele schimbătoare ale norilor a tot felul de chipuri şi creaturi, care, de fapt, sunt doar mase de abur şi particule de praf... *(A.N.P.)*

Răzbunare murdară

Chiar dacă o zicală de pe la noi spune că „răzbunarea e arma prostului", unii dintre cei ce procedează astfel sunt destul de îndreptăţiţi să-şi facă singuri dreptate, atunci când nesimţirea şi impostura „oponentului" depăşesc orice limite de toleranţă şi nimeni nu ia nicio măsură echilibrată pentru a aplana conflictul. La o astfel de răzbunare – insolită, dar şi deloc agreabilă pentru aşa-zisa victimă (de fapt, autorul moral al întregii tărăşenii) – a recurs patronul unei mici firme engleze de toaletat vegetaţia ornamentală, într-un mod la care nimeni nu s-ar fi aşteptat.

Omul şi-a făcut treaba pentru care fusese angajat, a curăţat şi a orientat creşterea arbuştilor de pe proprietatea clientului cu pricina, iar în final nota de plată prezentată acestuia a fost de 350 de euro. Asta se întâmpla în urmă cu mai mult de o jumătate de an. Problema a fost că respectivul beneficiar, după ce s-a văzut cu grădina aranjată frumos, a refuzat, pur şi simplu să plătească munca efectuată.

În mod repetat, meseriaşul a insistat să i se achite factura, dar, pe lângă promisiuni, reluate cu cinism, nu a văzut nici măcar un euro. Şi atunci a pus la cale insolita sa replică. A încărcat într-o basculantă nu mai puţin de 20 de metri cubi de deşeuri verzi provenite din lucrări de grădinărit, a pătruns în grădina clientului răuplatnic şi le-a descărcat acolo cât ai clipi, în pofida lamentabilelor încercări ale acestuia de a opri cu mâinile colosul motorizat. Aparent, a fost vorba, cum spuneam, despre o răzbunare ceva mai murdară, însă în asemenea cazuri o putem considera şi o binemeritată lecţie pe care ar trebui să o cunoască toţi impostorii care profită de pe urma bunei-credinţe a semenilor. Asta, începând, poate, cu... campaniile electorale. *(A.N.P.)*

Comoara ascunsă

Cei trei copii ai familiei Mancini din nordul Italiei trăiau vacanţe minunate la ferma bunicilor.

Veneau aici din prima zi după terminarea cursurilor şi rămâneau până cu trei zile înainte de reînceperea lor. Învăţau bine ca să nu-şi strice vacanţa cu vreo corigenţă şi se bucurau din plin de pădure, de cai, de flori şi de soare chiar dacă uneori îşi mai ajutau bunicii la treabă. Cea mai mare distracţie a lor era un fel de hambar unde erau înghesuite tot felul de lucruri nefolosite de generaţii. Era de fapt o încăpere uriaşă în care marea distracţie era o trăsură veche în care copiii ţopăiau cât puteau fără ca nimeni să-i certe că distrug arcurile. Vopseaua se păstrase destul de bine, canapelele la fel, aşa că joaca copiilor era perfectă.

Într-o zi însă la fermă s-a oprit o maşină în care călătorea o familie cu doi copii. Rătăciseră drumul şi au cerut găzduire peste noapte. Au fost imediat acceptaţi şi cei doi copii s-au împrietenit imediat cu copiii Mancini, care i-au luat cu ei la joacă.

A venit ora cinci, copiii au fost chemaţi la masă, dar din cauza chiotelor nu au auzit nimic. Uşor enervat, tatăl musafir a plecat să-i recupereze şi i-a găsit sărind în trăsură. Istoric de profesie, omul şi-a dat seama că are în faţă un obiect magnific. Trăsura era făcută la Napoli, înainte de Primul Război Mondial şi avea chiar înscrise pe o plăcuţă de alamă numele atelierului. I-a luat pe copii pe sus, i-a explicat situaţia bunicului şi l-a pus în legătură cu administraţia unui muzeu.

Specialiştii sosiţi la faţa locului au analizat obiectul şi i-au oferit proprietarului o sumă care îl va ajuta să-şi modernizeze ferma şi să plătească taxele de studiu ale copiilor. Era normal ca bunicii să facă acest lucru nu doar pentru că îi iubea mult ci şi ca o recunoaştere a faptului că datorită jocului lor a fost descoperită comoara. *(I.S.)*

Chuck Norris

manual de utilizare

Chuck Norris este un om (deşi mulţi susţin că ar fi, de fapt, un extraterestru capabil să distrugă planeta dintr-un singur pumn, dar n-are chef s-o facă!) de renume mondial.

Practic, puţini oameni de pe Pământ n-au auzit încă de el şi încă şi mai puţini şi-ar dori să aibă de-a face cu el... Înainte de a devenit un actor faimos, Chuck Norris a fost însă un renumit karatist şi, de altfel, el a recunoscut că a pătruns în lumea filmului pentru a populariza mai bine nobilele concepţii propovăduite de artele marţiale. În rândurile ce urmează, vă vom dezvălui câteva lucruri mai puţin ştiute despre viaţa lui şi, deoarece chiar astăzi el împlineşte venerabila vârstă de 78 de ani, îi vom ura sănătate, viaţă lungă şi multă putere de muncă, fiindcă mai sunt destui „băieţi răi" de pus la punct...

● Numele său adevărat nu este Chuck, iar Chuck nu este nici măcar prescurtarea clasică de la Charles. În acte, pe actor îl cheamă Carlos Ray Norris şi abia când s-a înrolat în aviaţia militară a SUA a început să fie numit „Chuck".

● În ciuda renumelui său de luptător invincibil, Chuck Norris nu este neînvins. La începuturile carierei sale sportive, în arte marţiale, el a pierdut 10 partide. Este adevărat, din 1968 nimeni nu l-a mai învins pe tatami, ci doar în filme – în producţiile de acţiune „Întoarcerea Dragonului" şi „Jocul Morţii", personajul interpretat de Chuck pierde în faţa celui jucat de Bruce Lee.

● Palmaresul total la karate al lui Norris este de 183 de victorii, 10 înfrângeri şi 2 egaluri. El a câştigat „naţionalele" de karate ale Statelor Unite în nu mai puţin de şase ani consecutiv, înainte de a se retrage din competiţie: 1968, 1969, 1970, 1971, 1972 şi 1973.

● În timpul stagiului militar în US Air Force, Chuck Norris a fost cazarmat în Coreea de Sud, moment în care a venit prima dată în contact cu artele marţiale – în special Tae Kwon Do. El se numără printre foarte puţinii străini care au primit centura neagră cu 8 dani în Tae Kwon Do. De asemenea, deţine centura neagră la judo, ju-titsu brazilian şi Tang Soo Do.

● Fratele lui mai mic, Wieland, a fost ucis în misiune, în Vietnam, în anul 1970. Această tragedie l-a determinat pe actor să realizeze seria de filme „Dispărut în misiune", dedicată tuturor soldaţilor americani ucişi sau daţi dispăruţi în războiul din Vietnam. Un alt frate, Aaron, s-a aflat în spatele camerei de filmare, ca regizor, la primele performanţe actoriceşti ale lui Chuck.

● Chuck este tatăl a cinci copii, dintre care unul născut în afara căsătoriei, în urma unei idile pasagere. Acest copil, o fată, nu a aflat că tatăl ei natural este Chuck Norris decât atunci când a împlinit vârsta de 26 de ani. Cu toate acestea, Norris a refuzat scandalul unui eventual proces de paternitate şi a acceptat-o pe fiica lui nelegitimă ca parte din familie.

● Republican convins, Norris sprijină posesia legală de arme de foc, dar se declară împotriva violenţei. El a creat şi un stil propriu de autoapărare, intitulat Chun Kuk Do, ceea ce înseamnă „Calea Universală". Acesta are şi o întreagă filosofie, care ar putea fi redusă la cugetarea „Dacă n-am nimic bun de spus despre o persoană, mai bine tac".

Alături de soţia sa, Gena Norris

● Pe de altă parte, este un om foarte credincios, vorbind în emisiuni religioase şi promovând, în reclame, studiul Bibliei şi practicarea rugăciunii comune în şcolile publice.

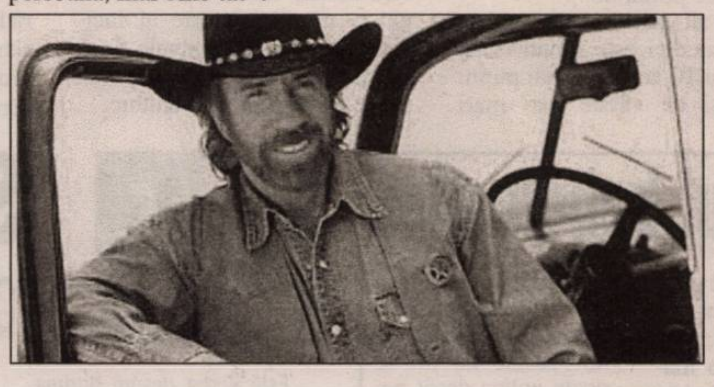
● Chiar dacă n-aţi crede, Chuck este şi un foarte talentat scriitor, autor, până acum a patru cărţi, devenite best-seller şi editorialist la mai multe publicaţii americane.

● Deşi în filme, Bruce Lee l-a învins, invariabil, într-una din cărţile lui, „Puterea secretă din interior", Norris a povestit cum l-a doborât pe Bruce dintr-o singură lovitură, inventată de el. Ulterior, Bruce Lee a studiat tehnica lui Norris până la perfecţiune şi a adaptat-o la stilul lui de luptă.

● Afacerist iscusit, actorul şi-a lansat şi propria linie de blugi. Pantalonii „Action Jeans" permit o mobilitate superioară, iar în reclamă Chuck apare îmbrăcat în aceşti blugi şi năucind doi adversari cu o singură lovitură de picior în plină figură.

● Deşi a fost faimos ca „Walker, poliţist texan", Chuck Norris s-a născut în Oklahoma şi are, printre strămoşi, şi indieni din tribul Cherokee, de care e foarte mândru.

● A fost profesor de karate al unor actori precum Steve McQueen şi Priscilla Presley.



PORTRET

Meda Victor

De o frumuseţe stranie, orientală, tânăra şi înzestrata actriţă Meda Victor s-a născut la 30 octombrie 1981 şi încă de mică a fost atrasă de domeniul artistic. În copilărie a făcut balet şi apoi a urmat cursurile liceului de artă şi coregrafie, promiţând să devină o talentată balerină. Dar destinul a vrut altfel şi, după liceu, Meda şi-a încercat norocul la teatru. Aşa a ajuns să urmeze cursurile Facultăţii de Teatru din cadrul Universităţii Hyperion din Bucureşti. Deşi în facultate, profesorii îi spuneau, adesea, că are un chip parcă anume făcut pentru dramă, Meda a ţinut să-i contrazică, dovedindu-şi în repetate rânduri valenţele comice. A jucat în numeroase piese celebre ale dramaturgiei româneşti şi universale, de multe ori în roluri principale. A fost Desdemona, în „Othello", regina Gertrude în „Hamlet", Veta în „O noapte furtunoasă", Anca în „Năpasta", Margueritte Gautier în „Dama cu camelii".

În 2008 i s-a decernat premiul pentru cea mai bună actriţă în rol secundar pentru rolurile din „Femei" şi „Toată lumea e o scenă", la Festivalul Internaţional Studenţesc de Teatru şi Film Hyperion. Numele ei a devenit şi mai cunoscut după colaborarea cu regizori celebri, precum Dragoş Galgoţiu, în „Epopeea lui Ghilgameş", Radu Afrim, în „Poate sfârşitul lumii" sau regretatul Alexandru Tocilescu, în „Inque Broadway" – piesă pusă în scenă la Teatrul de Operetă Ion Dacian şi beneficiind de coregrafia inspirată a lui Răzvan Mazilu. Dar am putea spune că persoana care i-a influenţat cel mai mult cariera şi i-a fost un veritabil mentor a fost Horaţiu Mălăele. Maestrul a distribuit-o nu doar în piese de teatru, precum comedia Podul, jucată la teatrul Metropolis, ci şi în filmul lui de debut, „Nunta mută", care a cules lauri pretutindeni şi în care Meda Victor face un rol excepţional.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

Evenimente

Când plâng parantezele

La Teatrul Naţional din Capitală, în sala Atelier, a avut loc recent un spectacol mai special, mai exact o întâlnire cu poeta Nora Iuga care în ianuarie a împlinit 85 de ani. Deşi în programul TNB întâlnirea cu iubitorii de poezie a fost denumită „conferinţă", prezenţa longevivei creatoare a fost un spectacol în sine, apreciat cum se cuvine de un public care a ştiut să descopere sufletul poetic al Norei Iuga, inteligenţa şi spiritul pătrunzător. A fost mai degrabă o „confesiune" despre „viaţa mea, despre tot ce am visat, despre binele de care am avut parte, chiar în timpuri grele. Sunt un om care ştie să fie fericit chiar atunci când nu are de ce".

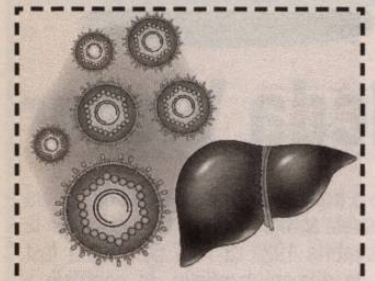
Pentru o poetă ai cărei părinţi au fost ei înşişi artişti (mama balerină, tatăl violonist), cu un fiu devenit şi el balerin, Nora Iuga nu putea să aspire din tinereţe decât la o carieră artistică. „Prima mea întâlnire cu scena a fost la trei ani, când am văzut opereta *Voievodul ţiganilor*.

De atunci, nu am mai visat altceva decât să ajung pe scenă", mărturisea Nora Iuga în „conferinţa" de la TNB. Ea a oferit şi explicaţia unei enigme mai vechi. Pentru a-şi atinge visul s-a hotărât să dea examen de admitere la IATC, avea 17 ani şi jumătate. Probabil pentru că n-a avut pile, a picat examenul. Se ştie că la Institut, pe vremuri, fiind doar câteva locuri şi o mulţime de candidaţi, se intra numai cu pile, sau cel puţin asta era legenda urbană. Am aflat acum că Nora Iuga a ratat admiterea la Teatru din cauza lui... Radu Beligan!

Motivul a fost că n-a convins la capitolul recitare. Şi, deşi asistentele Beate Fredanov şi Clody Bertola au pus-o pe Nora Iuga să execute câteva mişcări teatrale şi s-au arătat plăcut impresionate de calităţile scenice ale tinerei aspirante, a contat părerea lui Beligan. „Domnul Beligan e de vină că am ajuns poet" a mărturisit Nora Iuga pe scena pe care a urcat de-abia acum, la 85 de ani. De supărare, Nora Iuga s-a înscris la Filologie, secţia Germanistică, facultate pe care a absolvit-o în 1953. A debutat editorial în 1968, cu volumul *Vina nu e a mea*, după care au urmat alte 19 cărţi de poezie. A scris şi proză, dar a şi tradus peste 30 de cărţi semnate de Friedrich Nietzsche, August Strindberg, Paul Celan, Ernst Jünger, Günther Grass, Elfriede Jelinek şi Herta Müller. Este membră a Uniunii Scriitorilor din România şi membră a PEN club. Ascultând-i confesiunea de la TNB înţelegi de ce spune că este „un enfant prodige la 85 de ani".

Şi în final, iată şi un poem semnat Nora Iuga, *Vine şi un câine,* din volumul *Ascultă cum plâng parantezele: e fum dincolo de copaci. arde vaporul din parcul Titan. ospătarii zboară. pe covertă pescăruşii. cu şervetul pe braţ. cu creionul după ureche. gâturi lungi şi subţiri. se înnoadă sub aripi. casiera de la ponton. strigă următorul. următorul e un popă. sare şotronul. vine şi un câine. în rest furnici. şi albine. poartă măşti de gaze. le aşteaptă ţara făgăduită. stati degeaba. anunţă casiera. s-a înecat plasatorul".*

GEORGE CUŞNARENCU



Hepatita B
sugestie de tratament

În gama vastă a afecţiunilor ficatului se includ şi hepatita B acută (infecţie veche de maximum 6 luni) şi hepatita B cronică (infecţie de peste 6 luni). În cazul hepatitelor B acute vindecarea este posibil să survină spontan, însă la formele cronice evoluţia poate merge către forme foarte grave de maladii ale ficatului, astfel că e nevoie de un tratament foarte serios şi eficace.

Asemenea tratamente există şi ele pot face ca bolnavul să nu aibă nevoie neapărat să se supună unei chimioterapii. Trebuie însă, în mod absolut obligatoriu, să se consulte cu un medic specialist, pentru a găsi soluţia cea mai potrivită.

Iată câteva asemenea medicamente utile în cazurile sus-menţionate: ● Interferon alpha (injectabil); ● Interferon poliethylenglycol – PEG-IFN (injectabil); ● Lamivudin (cale orală); ● Adefovir (cale orală); ● Entecavir (cale orală); ● Telbivudin (cale orală); ● Tenofovir (cale orală).

Accentuăm din nou, cu prioritate, ideea că e foarte important ca toate persoanele care suferă de o hepatită B cronică să consulte un medic specialist cel puţin o dată pe an (la nevoie, şi de mai multe ori), pentru ca acesta să decidă dacă este cazul să se înceapă sau nu un tratament medicamentos.

Tumorile cerebrale, un risc triplu

Din nou, acuzatul principal este telefonul mobil, gradul de risc depinzând de durata folosirii lui. Articolul de faţă prezintă concluziile unui studiu recent desfăşurat la spitalul Örebro (Suedia), conform căruia 10 ani „vechime" de vorbit pe mobil înseamnă cu 290% mai mult risc de tumori ale creierului! Şi un detaliu interesant: tumoarea se dezvoltă pe partea capului pe care a fost utilizat mai mult telefonul.

Un „tsunami" de microunde

O constatare şi mai îngrijorătoare e aceea că, în contextul clarei intensificări a utilizării acestui aparat, altfel foarte necesar, în ultimul deceniu, cu siguranţă riscul e considerabil mai ridicat. Totodată, statisticile indică faptul că în ţările occidentale (dar nu numai acolo) există tot mai mulţi utilizatori care au două mobile. Iar pericolul ce provine de la acestea se extinde şi la situaţia expunerii pasive. Mai explicit, simplul fapt că ne aflăm într-un autobuz, avion sau tren ne expune simultan la influenţa a sute de telefoane portabile.

Un alt factor-cheie semnalat de medici este faptul că în urmă cu 10 ani mult mai puţini copii şi de vârste mai mari decât astăzi foloseau mobilul, de regulă numai în caz de absolută nevoie. Astăzi, aproape că nu sunt minori de la 10 ani în sus care să nu vorbească ori să trimită neîncetat sms-uri de pe telefonul personal. Or, se cunoaşte bine că radiaţiile aparatelor sunt mult mai periculoase pentru cei mici, cauzând tulburări de comportament şi producând în creier transformări încă puţin explicate deocamdată.

Experiment biologic de contracarat

Prezentând situaţia în alţi termeni, utilizarea pe scară globală a mobilelor constituie în realitate un experiment biologic masiv, deoarece nimeni nu cunoaşte efectele pe termen lung şi deci nu se poate acţiona eficient pentru a contracara eventualele probleme ivite în timp. Cercetătorii spun doar că, fără niciun fel de îndoială, va exista un vârf istoric al incidenţei tumorilor cerebrale şi al afecţiunilor creierului. Nu se poate şti însă şi când anume.

Oricum ar sta lucrurile, trebuie să ştim şi cum să ne protejăm de radiaţiile portabilului. Cel mai simplu ar fi să nu-l utilizăm; sau să îl închidem şi atunci se reduce nivelul de emisii până aproape de zero. Totuşi, cum aşa ceva nu se prea întâmplă, iată câteva metode importante de reducere a urmărilor nefaste: ● utilizarea opţiunii „speaker", ţinând aparatul departe de ureche; ● închiderea acestuia noaptea şi ori de câte ori nu îl folosim; ● punerea pe opţiunea „mode avion" dacă nu-l putem închide complet; ● adoptarea metodelor de protecţie, cu mare atenţie însă la soluţiile „miraculoase", adică false; ● împărtăşirea cu apropiaţii a cunoştinţelor ferme despre influenţa radiaţiilor mobilului asupra sănătăţii şi a soluţiilor de reducere a acesteia.

Specialiştii menţionează în plus că o expunere de 5-8 săptămâni a fibroblastelor (celule ale ţesutului conjunctival) la radiaţii de 916 MHz induce schimbarea formei acestora şi proliferarea unui fenotip canceros.

PE SCURT
despre sănătatea dumneavoastră

Somnul reprezintă un element-cheie al echilibrului organismului nostru şi impactul său asupra sănătăţii este esenţial.

Pentru un adult durata zilnică necesară a somnului e în medie de 7-8 ore, dar mulţi dintre noi dorm considerabil mai puţin. Iar o singură săptămână cu mai puţin de 6 ore de dormit pe noapte ne afectează peste 700 de gene! Mai direct spus, ne pune în pericol nu doar sănătatea, ci însăşi viaţa. Este un fel de bombă cu explozie întârziată, astfel că se impune renunţarea rapidă la tendinţa „modernă" de culcat târziu şi trezit devreme, dacă vrem să nu ne alegem cu cele mai grave maladii. Pentru că...

A dormi mai puţin de 6 ore într-o singură noapte provoacă:

■ diminuarea capacităţii de concentrare, a memoriei, a imunităţii (risc de îmbolnăvire de gripă multiplicat cu 3), a senzaţiei de saţietate; ■ creşterea poftei de mâncare (de fapt, a nevoii necontrolate de a mânca tot mai mult, cu preferinţă pentru alimente bogate în glucide şi în calorii); ■ mărirea

Consecinţe ale somnului deficitar

emotivităţii cu 60%; ■ accelerarea îmbătrânirii pielii; ■ pierdere de masă cerebrală comparabilă cu cea din cazurile unei leziuni cerebrale; ■ creşterea riscului de accidente (la cele rutiere, de 3 ori mai ridicat).

A dormi mai puţin de 6 ore în mod regulat provoacă:

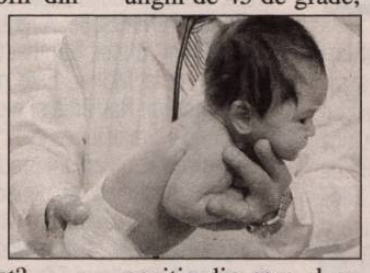
■ diminuarea numărului spermatozoizilor la bărbaţi şi creşterea riscului de cancer agresiv de sân la femei;

■ creşterea riscului de obezitate (impact asupra hormonilor care reglează apetitul), de diabet tip 2 (reducerea sensibilităţii la insulină), de maladii cardiace (hipertensiune arterială, ateroscleroză, insuficienţă cardiacă, infarct), de risc de accident vascular cerebral (multiplicat de 4 ori în raport cu nopţile de 7 sau 8 ore de somn);

■ mărirea riscului de cancer colorectal şi, în ultimă instanţă, a riscului de deces prematur.

Calmarea plânsului bebeluşilor

Părinţii ştiu bine ce înseamnă expresia „se înecă de plâns", referitoare la nou-născuţii care nu pot explica ce probleme au. Medicul pediatru Robert Hamilton, de la spitalul de profil din Santa Monica, SUA, a găsit însă o metodă prin care se poate calma aproape instantaneu acest plâns al bebeluşilor. Cum trebuie procedat?



◆ Aşezaţi bebeluşul în palma stângă, cu braţele pe abdomen. ◆ Poziţionaţi-vă palma dreaptă pe fesele acestuia, astfel încât să-l susţineţi, ca şi cum ar sta pe un scăunel. ◆ Ridicaţi-vă uşor mâna stângă până în dreptul gâtului copilului şi aşezaţi încet două degete sub maxilarul său inferior, astfel încât căpşorul său să nu se mişte. ◆ Aşezaţi apoi micuţul într-un unghi de 45 de grade, poziţie din care el nu va putea „bascula" nici înainte, nici spre spate şi totodată veţi avea un mai bun control al mişcărilor. ◆ Odată astfel poziţionat, leganaţi-l cu blândeţe în sus şi în jos, dar şi în manieră rotativă.

Pediatrul american afirmă că tehnica sa e aproape infailibilă, dar din păcate ea nu se poate aplica decât bebeluşilor de până la 3 luni. După această vârstă, micuţii devin în general mai grei şi mişcările respective nu se mai pot executa în deplină securitate. De aceea, recomandă să nu se încerce să se facă... excepţii de la regulă. În fine, medical le recomandă părinţilor ca, dacă totuşi plânsul copilului nu încetează după aplicarea metodei, să se asigure că acestuia nu îi este foame, că nu îl doare ceva şi că nu e bolnav. Dacă nici aşa nu s-a găsit o soluţie, atunci trebuie mers imediat la medicul pediatru ori chemată salvarea.

STOP cardiorespirator?

Este vorba despre oprirea funcţionării inimii şi plămânilor. Sângele nu mai e pompat în diferite organe ale corpului şi celulele sunt lipsite de oxigen. Sunt astfel suficiente 2-3 minute pentru ca, la nivelul creierului, celulele să înceapă să moară (durează ceva mai mult în cazul scăderii temperaturii corpului). Nivelul de gravitate al acestei probleme este de urgenţă vitală: fiecare secundă contează, întrucât există riscul morţii cerebrale definitive. Semnele stopului cardiorespirator sunt: ◆ absenţa pulsului la nivelul gâtului (pulsul carotidian); ◆ absenţa mişcărilor respiratorii (se verifică prin controlul mişcării abdomenului legate de respiraţie şi a suflului în dreptul gurii şi nărilor; se foloseşte dosul palmei sau o oglindă ori un obiect similar ca suprafaţă, rece).

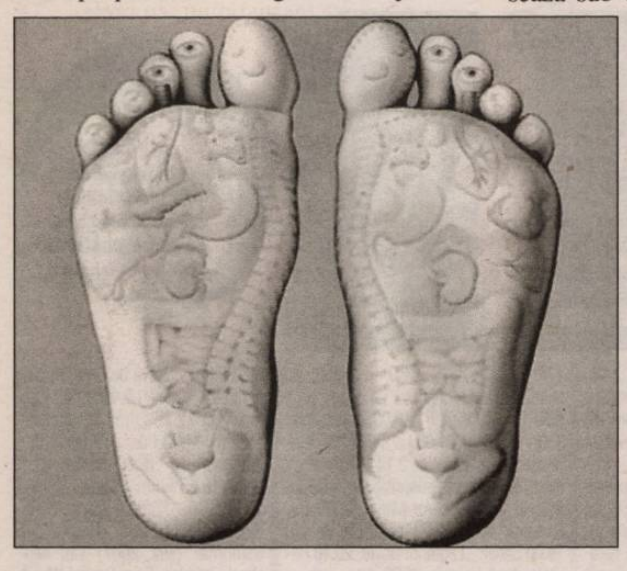
În momentul respectiv, ca prim-ajutor se acceptă doar luarea pulsului, dar nu punând urechea pe pieptul victimei, pentru că se pierde astfel timp preţios. Aceasta se plasează într-o zonă de siguranţă, departe de cauza accidentului (dacă a fost identificată). Dacă nu există însă un risc iminent, imediat, victima nu trebuie deplasată din loc. Se apelează cât mai rapid ambulanţa (pompierii, serviciul SMURD), iar între timp se efectuează respiraţia gură-la-gură şi un masaj cardiac extern. Prima nu este obligatorie, dar masajul cardiac e important, pentru a ajuta sângele să circule în continuare prin corp. Tehnica de respiraţie artificială gură-la-gură s-a dovedit deseori nu tocmai eficientă, deoarece aerul nu ajunge până în plămânii victimei.

MASAJUL
vindecare din cap până-n picioare

Am prezentat în numeroase rânduri diverse tehnici de reflexoterapie, care se pot aplica eficient pe mai multe zone reflexogene ale corpului (de la tălpi şi palme până la urechi şi coloana vertebrală). În special seara, înainte de culcare, se recomandă în mod special masajul tălpilor, care ajută la eliminarea tensiunilor multiple acumulate de-a lungul zilei în organism. Practică apropiată de shiatsu şi de acupunctură, reflexoterapia porneşte de la ideea esenţială, deşi simplu exprimată, că „dacă tălpile noastre nu sunt sănătoase, aceasta ne poate afecta întregul mod de viaţă".

* * *

Mai întâi, pacientul trebuie să stea aşezat cât mai confortabil şi să se realizeze o scurtă încălzire: presiune uşoară pe partea anterioară a tălpii, apoi pe zona gleznelor, rotirea labei piciorului din încheietura gleznei, „întinderea" degetelor printr-o mişcare de du-te-vino şi presiunea tălpilor pe podea. Terapia propriu-zisă se realizează în 15 etape, întotdeauna începându-se cu talpa piciorului stâng şi abia apoi se trece la talpa dreaptă, urmându-se succesiv aceleaşi secvenţe, potrivit descrierii de mai jos.



◆ ***Capul*** include numeroase elemente anatomice foarte importante, precum creierul. De aceea, la începutul procedurii se va insista mai mult pe locul respectiv: se efectuează câteva presiuni precise cu degetul mare al mâinii, după care se avansează sub degetul mare al piciorului, cu aceeaşi mişcare.

◆ ***Gâtul*** poate deveni „sediul" unor dureri insuportabile, dar ele pot dispărea în urma masajului zonei corespunzătoare de pe talpă: mişcare de du-te-vino a degetului mare de la mână exact la baza degetului mare al piciorului. Pentru tratarea specială a bazei craniului, „răsuciţi" acest deget al mâinii pe locul susmenţionat, dar şi între degetul mare şi următorul de la picior.

◆ ***Faţa*** beneficiază şi ea de o zonă reflexogenă pe talpă. Se apasă „alunecând" cu degetul mare al mâinii pe suprafaţa degetului mare de la picior, apoi se trece prin răsucire la baza unghiei acestuia.

◆ ***Sinusurile*** sunt mici locuri „goale" ale oaselor craniului care susţin ţesuturile moi ale feţei. Pentru o respiraţie cât mai bună ele trebuie menţinute curate şi sănătoase. Punctele lor reflexogene se găsesc sub toate degetele picioarelor, cu excepţia celor mari. Stimularea acestora se realizează prin apăsări cu degetul mare al mâinii pe aceste puncte, apoi răsucirea direct pe mijlocul fiecărui deget pentru câte două secunde.

◆ ***Urechile şi ochii*** au punctul corespondent la baza degetului mijlociu al piciorului, iar stimularea pe locul respectiv ajută atât la creşterea acuităţii vizuale, cât şi la creşterea acuităţii auditive. Pentru aceasta, cu cele două degete mari de la mâini se apasă simultan, sub degetele picioarelor, între al doilea şi al treilea deget (pentru ochi), respectiv între al treilea şi al patrulea (pentru urechi). Mai exact. Punctele reflexogene se află la extremitatea dinspre baza degetelor a tălpii, aproape pe comisura dintre degete.

◆ ***Plămânii şi pieptul*** sunt reflectate pe partea din faţă a tălpii şi fac trimitere la părţile aeriene ale aparatului respirator, bronhii, plămâni şi muşchii pieptului. Se utilizează tehnica indexului, descrisă până acum, făcând ca acesta să lunece de-a lungul metatarsienelor, dar pe „faţa" labei piciorului, apăsându-se spre interior. O altă tehnică presupune strângerea „spaţiilor" dintre aceleaşi oase, apăsându-se de data aceasta pe talpă.

◆ ***Diafragma*** este muşchiul de sub plămâni responsabil cu mişcarea respiratorie continuă, un rol despre care nu e cazul să mai discutăm aici. Se apasă cu degetul mare de la o mână, pe zona reflexogenă corespunzătoare, către partea superioară a capului persoanei masate, iar cu celălalt deget mare se execută o mişcare de du-te-vino de-a lungul unei linii imaginare, la baza tălpii, la o distanţă de circa 5 centimetri de baza degetelor.

În numărul următor ne vom extinde „explorarea" terapeutică prin masaj a tălpii piciorului, de la coloana vertebrală şi organele interne, la intestine, aparatul genital şi genunchi.

Limpezime şi informaţie

Culoarea prezentată astăzi – dacă se poate vorbi chiar despre o culoare – este asociată de terapeuţi ideilor de limpezime şi informaţii: după cum cristalinul include toate culorile spectrului, el ne oferă un potenţial aproape infinit, dar se pretează în mod particular ajutării persoanelor care caută un nou drum în viaţă sau care au ajuns într-o situaţie din care nu ştiu cum să iasă. În plus, ajută şi la eliberarea de greutăţile fizice şi emoţionale, astfel încât să găsească forţa de a merge înainte.

Cristalul contribuie la luminatul în întuneric, la clarificarea gândirii, a emoţiilor, de a pregăti abordarea unor noi căi – fizice ori simbolice, spirituale. Şi, cum este vorba despre cea mai pură dintre toate culorile, ea se pretează foarte bine la purificarea pe toate nivelurile. Specialiştii susţin că, dacă aşezaţi pe biroul dumneavoastră un obiect de această culoare, vă poate fi de ajutor în a găsi cele mai bune idei şi soluţii în cele mai diverse împrejurări, totodată favorizând intuiţia spontană. Mai mult decât atât, ni se arată explicit că această culoare nu ar trebui să lipsească din nicio şcoală şi de la niciun loc de muncă.

În ce situaţii această culoare poate fi utilă?

● Atunci când suntem grăbiţi să realizăm un lucru. ● Dacă suferim de sinuzită ori de răceală. ● Pentru a ne elibera de griji şi a aborda liberi un drum deschis şi favorabil dorinţelor noastre. ● Pentru purificarea unor locuri (încăperi, clădiri etc.), cristale sau esenţe. ● Atunci când vrem să curăţăm aura energetică a cuiva (de pildă, după ce am vizitat o persoană bolnavă ori am frecventat un loc încărcat cu energie negativă etc.). ● Dacă am ajuns la un punct de cotitură în viaţă, când nu ştim cum să acţionăm şi dorim să obţinem detalii, sugestii. ● În situaţia în care suntem derutaţi de toate posibilităţile pe care le avem şi nu ştim pe care să o alegem. ● Dacă avem tendinţa de a ne autodefini în raport cu cei din jur, din cauză că ne lipseşte încrederea fermă în propria noastră personalitate.

Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Remedii naturale

Combaterea blândă a sinuzitei

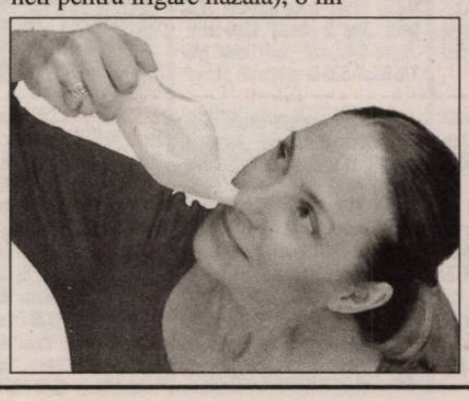
Organismul uman se prezintă aproape identic din punct de vedere anatomic şi funcţional, cu unele excepţii, indiferent de locul de pe mapamond. Astfel se explică şi faptul că anumite tipuri de preparate şi tehnici terapeutice din zone ale lumii aflate la depărtare una de cealaltă sunt uneori foarte asemănătoare şi la fel de eficace aplicate în aceleaşi patologii.

Vă prezentăm mai jos ceea ce unii nu ezită să califice drept remediu secret contra sinuzitei. Mai ales acum, în sezonul rece, nu puţini sunt cei care se lovesc de această afecţiune cronică, sinuzita, care poate avea efecte secundare deosebit de grave, întrucât este vorba despre afectarea sinusurilor; or, aceste canale sensibile sunt situate în zona superioară a capului, la distanţe infime de ochi sau creier.

Aşadar, unul dintre remediile cele mai simple, de care mulţi au auzit, îl constituie spălăturile nazale. Iată cum se pot realiza cât mai eficient aceste proceduri şi care sunt efectele lor! Pentru a efectua spălături nazale, cel mai avantajos este să-ţi procuri un vas special (aşa-numitul vas neti). În principiu, acesta este folosit de multimilenara medicină tradiţională ayurvedică, din îndepărtata Indie.

Paşii care trebuie să fie urmaţi sunt:

■ ***prepararea soluţiei nazale:*** avem nevoie de sare, praf de copt (bicarbonat de sodiu), un vas neti pentru irigare nazală), o linguriţă sau o lingură, un vas de o jumătate de litru. Se ia o linguriţă de sare şi o jumătate de linguriţă de praf de copt şi se pun în vas, după care se adaugă 1/2 litru de apă călduţă. Se amestecă bine, după care se transferă în vasul de irigare;



■ ***efectuarea spălăturii nazale:*** ne aplecăm deasupra unei chiuvete, la un unghi de 45 de grade şi rotim capul în aşa fel încât o nară să fie deasupra celeilalte. Introducem „vârful" vasului în nara de deasupra, cu blândeţe. Vom avea grijă grijă să fie aproximativ etanş, dar nu presând asupra septului. Respirăm pe gură şi apoi ridicăm vasul de irigare astfel încât soluţia să curgă prin nară. În numai câteva momente, ea se va scurge prin nara de dedesubt. Repetăm procedeul pentru cealaltă nară. La final expirăm blând pe nas şi, dacă e nevoie, suflăm nasul încet într-o batistă.

LUNI – 14 martie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează – la atitudine! 11.00 Serial: „Necazuri de puştoaică" 12.00 Teleshopping 12.30 Descălecaţi în Carpaţi 13.00 Germana... la 1 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 17.00 Garantat 100% (r) 18.00 Întrebări şi răspunderi 19.00 Emisiunea de luni 20.00 Telejurnal 21.00 Prim-plan 22.30 Starea naţiei 23.30 Doc.: „Vă doare capul?" 0.30-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Bake Off Romania 22.30 Ştirile ProTv 23.00 Serial: „Lista neagră" 0.00-6.15 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Chefi la cuţite 23.30 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Străinul" (SUA, 2010). Cu: Steve Austin, Adam Beach, Erica Cerra 3.00 Observator (r) 3.45 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Jurnalul STV Junior 8.00 Casa: construcţie şi design 8.45 All Inclusive (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Focus Magazin (r) 12.30 Secrete de Stil (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 15.00 Mondenii 15.30 World's most amazing videos 16.30 Focus 17.00 Camera de râs 18.00 Focus 19.15 Mama mea gătește mai bine 20.15 Cronica Cârcotaşilor 21.00 Film: „Adevăr periculos" (coprod., 1991) 23.00 Trăsniţii 23.45 Focus din inima României 0.15 Focus Magazin 1.00-6.15 Reluări.

acasa

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Suflet călător" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Film: „Danielle Steel's – Pasiuni" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului". Cu: Alexis Ayala 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.30 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.315 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Serial: „Legea lui Doyle" (r) 9.30 Natură şi sănătate (r) 10.00 Documentar 360º – GEO 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.00 Serial: „Legea lui Doyle" 20.10 Teatru TV: „Nunta însângerată" de F G Lorca 22.00 Telejurnal 22.30 Serial: „În umbra legii" 23.30 Replay 1.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

6.15 Film: „Danielle Steel's – Caleidoscop" (r) 8.00 La Măruţă (r) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Divele" (r) 13.45 Film: „Iubitul meu se însoară" (r) 16.30 Serial: „La bloc" 18.45 Film: „A 19-a soţie" (SUA, 2010) 20.30 Film: „S.W.A.T. – Trupe de elită" (SUA, 2003). Cu: Samuel L. Johnson, Collin Farrell 23.00 Film: „Soţia împăratului" (coprod., 2003). Cu: Jonathan Rhys-Meyers 1.00 Film (r) 3.00 Cine A.M.

MARŢI – 15 martie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează 11.00 Serial: „Necazuri de puştoaică" 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 EURO polis 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 17.00 Nocturne (r) 18.00 Europa mea (r) 19.00 Exclusiv în România (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Prim-plan 22.30 Starea naţiei 23.30 Doc.: „Vă doare capul?" 0.25 Film: „Nostalgii" (SUA, 2000). Cu: Armand Assante 2.00-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 22.30 Ştirile ProTv 23.00 Serial: „Lista neagră" 0.00-6.15 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Chefi la cuţite 23.00 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Corupti de libertate 3" (SUA, 1994). Cu: Russell Wong, Vivian Wu 2.45 Observator (r) 3.30 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 World's most amazing videos (r) 8.45 Focus din inima României (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Cireaşa de pe tort (r) 12.30 Focus din inima României (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 15.00 Mondenii 15.30 Trăsniţii (r) 16.30 Focus 17.00 Camera de râs 18.00 Focus 19.15 Mama mea gătește mai bine 20.15 Cronica Cârcotaşilor 21.00 Film: „Dușman de moarte" (coprod., 1999) 23.00 Trăsniţii 23.45 Focus din inima României 0.15 Focus Magazin 1.00-5.45 Reluări.

acasa

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Lupta rozelor" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului" 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.45 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Serial: „Legea lui Doyle" (r) 9.30 A doua emigrare (r) 10.00 Documentar 360º – GEO (r) 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.00 Serial: „Legea lui Doyle" 20.10 D'ale lu' Mitică 21.00 Destine ca-n filme 22.00 Telejurnal 22.30 Serial: „În umbra legii" 23.30 Festivalul Internaţional George Enescu 2015 0.30-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

6.30 Film: „Danielle Steel's – Pasiuni" (r) 8.30 La Măruţă (r) 10.00 Serial: „La bloc" (r) 12.30 Film: „Karate Kid 2" (SUA, 1986) 14.45 Film: „A 19-a soţie" (r) 16.30 Serial: „La bloc" 18.45 Film: „Grevă de Crăciun" (coprod., 2010). Cu: Daphne Zuniga 20.30 Film: „Echipa de şoc" (coprod., 1999). Cu: Dennis Rodman 22.15 Film: „Masacrul din Texas: Generaţia următoare" (SUA, 1994). Cu: Renee Zellweger 0.00 Film (r) 2.00 Cine A.M.

MIERCURI – 16 martie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează 11.00 Serial: „Necazuri de puştoaică" 12.00 Teleshopping 12.30 În grădina Danei (r) 13.00 Fără etichetă 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Convieţuiri 17.00 Profesioniştii (r) 18.00 Superconsumatorul 19.00 Exclusiv în România 20.00 Telejurnal 21.00 Prim-plan 22.30 Starea naţiei 23.30 Doc.: „Vă doare capul?" 0.30 Film: „Oraşul nebunilor" (Italia, 2010, partea I) 2.00-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 22.30 Ştirile ProTv 23.00 Serial: „Lista neagră" 0.00 Serial: „Spitalul de demenţă" 1.00-6.15 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator special 20.30 În puii mei! 22.30 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Obligat să ucidă" (Spania, 2010) 3.30 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Îmblânzirea scorpiei 8.00 Mondenii (r) 8.45 Focus din inima României (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Cireaşa de pe tort (r) 12.30 Focus Magazin (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 15.00 Mondenii 15.30 Trăsniţii (r) 16.30 Focus 17.00 Camera de râs 18.00 Focus 19.15 Mama mea gătește mai bine 20.15 Cronica Cârcotaşilor 21.00 Film: „Panică pe Wall Street" (SUA, 2011) 23.00 Trăsniţii 23.45 Focus din inima României 0.15 Focus Magazin 1.00-6.15 Reluări.

acasa

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Lupta rozelor" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului" 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.45 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Serial: „Legea lui Doyle" (r) 9.30 Pescar hoinar (r) 10.00 Documentar 360º – GEO (r) 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.00 Cap Compas (r) 19.40 Telecinemateca: „Cacealmaua" (SUA, 1973). Cu: Paul Newman, Robert Redford 22.00 Telejurnal 22.30 Serial: „În umbra legii" 23.30 Festivalul Internaţional George Enescu 2015 0.30-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

6.45 Film: „Divele" (r) 8.45 La Măruţă (r) 10.30 Serial: „La bloc" (r) 12.45 Film: „Grevă de Crăciun" (r) 14.30 Film: „Echipa de şoc" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Prieteni din dragoste" (SUA, 2010) 20.30 Film: „Tatăl vitreg" (SUA, 2009). Cu: Dylan Walsh 22.45 Film: „Capcanele tinereţii" (Canada, 2010). Cu: Kat Dennings 1.00 Film (r) 3.00 Cine A.M.

ARMAND ASANTE
– marți, 0.25 –

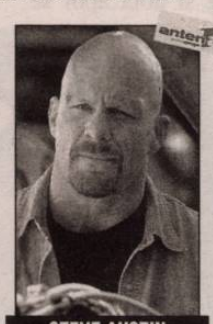
KELLY CARLSON
– sâmbătă, 20.30 –

PAUL NEWMAN
– miercuri, 19.40 –

ROSARIO DAWSON
– duminică, 20.30 –

ALEXIS AYALA
– luni-vineri, 20.00 –

JULIANNE MOORE
– vineri, 0.30 –



STEVE AUSTIN
– luni, 1.00 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 17 martie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează 11.00 Serial: „Necazuri de puştoaică" 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 De joi până joi 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Akzente 17.00 Interes general 18.00 Lozul cel mare 18.30 În culisele energiei 19.00 Mediatorii 20.00 Telejurnal 21.00 Prim-plan 22.30 Starea naţiei 23.30 Revista lui Mihaiu 0.10 Film: „Oraşul nebunilor" (partea a II-a) 2.00-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Las Fierbinţi 21.30 Serial: „Atletico Textila" 22.30 Ştirile ProTv 23.00 Serial: „Lista neagră" 0.00 Serial: „Spitalul de demenţă" 1.00-6.15 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Next Star 23.00 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Eroine de sacrificiu" (SUA, 2000). Cu: Julie Carmen, Robin Givens 3.00 Observator (r) 3.45 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Îmblânzirea scorpiei 8.45 Focus din inima României (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Cireaşa de pe tort (r) 12.30 Focus Magazin (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 15.00 Mondenii 15.30 Trăsniţii (r) 16.30 Focus 17.00 Camera de râs 18.00 Focus 19.15 Mama mea gătește mai bine 20.15 Cronica Cârcotaşilor 21.00 Film: „Iancu Jianu, haiducul" (România, 1981) 23.00 La TV 23.45 Focus din inima României 0.15 Focus Magazin 1.00-6.15 Reluări.

acasa

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Lupta rozelor" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului" 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.45 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Mic dejun cu un campion (r) 9.30 Europa 360º (r) 10.00 Documentar 360º – GEO (r) 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.00 Serial: „Legea lui Doyle" 20.10 Poveste după poveste 21.00 Arte, carte şi capricii 22.00 Telejurnal 22.30 Serial: „În umbra legii" 23.30 Interviurile Festivalului George Enescu, 2015 0.30-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

6.30 Film: „Grevă de Crăciun" (r) 8.15 La Măruţă (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.15 Film: „Echipa de şoc" (r) 14.00 Film: „Prieteni din dragoste" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Divele" (SUA, 2008). Cu: Patricia Llaca, Julio Bracho 20.30 Film: „Regele din California" (sua, 2007). Cu: Michael Douglas, Evan Rachel Wood 22.30 Film: „Blestemul 3: Cheia misterului" (coprod., 2009) 0.30 Film (r) 2.15 Cine A.M.

VINERI – 18 martie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează 11.00 Serial: „Necazuri de puştoaică" 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 În culisele energiei (r) 13.30 M.A.I. aproape de tine 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Oameni ca noi 16.00 Parlamentul României 17.00 Ne vedem la TVR 19.00 Cooltura 20.00 Telejurnal 21.10 O dată-n viaţă 0.10 Film: „Hesher" (SUA, 2010). Cu: George Gordon-Levitt, Natalie Portman 2.00-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Românii au talent 23.00 Noaptea Campionilor – Careul de aşi Box Live Bucureşti 0.30 Film: „Obsesie misterioasă" (SUA, 2004). Cu: Julianne Moore 2.15-6.15 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Film: „Febra roşie" (SUA, 1988) 22.30 Film: „Blitz" (M. Britanie, 2011) 0.30 Film: „Drumul de întoarcere" (SUA, 2010) 0.30-3.45 Reluări.

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Dosarele DNA (r) 8.45 Focus din inima României (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Cireaşa de pe tort (r) 12.30 Focus Magazin (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 15.00 Mondenii 15.30 La TV (r) 16.30 Focus 17.00 Camera de râs 18.00 Focus 19.15 Mama mea gătește mai bine 20.15 Film: „Secretul lui Nemesis" (România, 1985). Cu: Cu: Ion Besoiu 22.30 Trăsniţii 0.30-6.15 Reluări.

acasa

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Lupta rozelor" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului" 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.45 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Serial: „Legea lui Doyle" (r) 9.30 Natură şi aventură (r) 10.00 Documentar 360º – GEO (r) 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.00 Serial: „Legea lui Doyle" 20.10 Film: „Mai presus de orice bănuială" (SUA, 2000) 22.00 Telejurnal 22.30 Dincolo de viitor 23.10 Film: „Premiile Darwin" (SUA, 2006) 0.50-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

6.15 Film: „Renunţă, Dorothy!" (r) 8.00 La Măruţă (r) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Karate Kid 2" (r) 14.15 Film: „Sirocco" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Ultimele ore ale Terrei" (Canada, 2011). Cu: Robert Knepper 20.30 Film: „O nouă identitate" (UK, 2013) 22.45 Film: „Tatăl fantomă" (România, 2011). Cu: Marcel Iureş 0.45 Film (r) 2.45 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ – 19 martie

TVR 1

7.00 Gala umorului (r) 8.00 Serial: „Micul Dracula" 8.30 DR. FIX (r) 9.00 Politică şi delicateţuri (r) 10.00 Zon@ 10.30 Maşini, teste şi verdicte (r) 11.10 O dată-n viaţă (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Balul vienez 15.00 Ora regelui 16.10 Film: „Salutări din Hong Kong" (coprod., 1975) 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 Ochiul magic 22.50 Profesioniştii 23.50 Film: „Necruţătorii" (coprod., 1967). Cu: Joseph Cotten 1.30-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.00 I like IT 10.30 Ce se întâmplă, doctore? 11.00 Arena bucătarilor 11.30 Film: „La pescuit în deşert" (UK, 2011) 14.15 Ferma vedetelor (r) 16.15 Românii au talent (r) 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Film: „G.I. Joe: Represalii" (SUA, 2013). Cu: Dwayne Johnson 23.00 Film: „Dincolo de limite" (SUA, 2011). Cu: Bradley cooper, Robert De Niro 1.00-6.30 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 10.00 Film: „Războiul sexelor pe Wall Street" (SUA, 1996). Cu: Whoopi Goldberg, Dianne Wiest 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Frilm artistic 19.00 Observator 20.00 Te cunosc de undeva! 23.15 Film: „Tinereţe veşnică" (SUA, 1992). Cu: Meryl Streep, Bruce Willis 1.15-2.15 Reluări 4.45 Serial: „Black Beauty".

PRIMA TV

7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniţii (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Jurnalul STV Junior (r) 11.00 All Inclusive 11.30 Mondenii (r) 12.00 Film: „Iancu Jianu, haiducul" (r) 14.00 Focus 14 15.00 Îmblânzirea scorpiei 16.00 Schimb de mame 18.00 Focus 19.15 Cireaşa de pe tort 20.30 Film: „Jucătorul 5150" (SUA, 2008). Cu: Kelly Carlson 22.30 Dosarele DNA 23.30 Mărul Discordiei 1.30-6.00 Reluări.

acasa

6.00 Serial: „Istorie în farfurie" 8.00 Teleshopping 8.30 Serial (r) 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Suflet călător" 20.00 Film: „Danielle Steel's – Zoya" (SUA, 1995, partea I). Cu: Mellisa Gilbert, Bruce Baxleitner 22.00 Serial: „Vise de smarald" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.45 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.15 Teleshopping 8.00 Locuri, oameni şi comori (r) 8.30 Cap Compas (r) 9.00 Natură şi aventură (r) 9.30 Mic dejun cu un campion 10.30 Serial: „Connor sub acoperire" 11.00 Tenis de masă. Campionatele Naţionale 14.10 Film: „Mereu cu tine" (SUA, 1956) 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Popasuri folclorice 18.00 Telejurnal 18.30 Locuri, oameni şi comori 19.00 Arte, carte şi capricii (r) 20.10 Film: „Ducesa" (coprod., 2008) 22.10 Filmul de artă: „Hotelul de un milion de dolari" (coprod., 2000) 0.20-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

6.30 La Măruţă (r) 8.00 Film: „Sirocco" (r) 10.00 Serial: „La bloc" (r) 12.15 Film: „Karate Kid 2" (r) 14.30 Film: „Ultimele ore ale Terrei" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Păstrează amintirii" (SUA, 2008). Cu: Emily Watson, Dermot Mulroney 20.30 Film: „Virus mortal" (SUA, 1998). Cu: David Hasselhoff, Lisa Rinna 22.30 Film: „Fratele" (Japonia, 2000) 0.45 Film (r) 2.45 Cine A.M.

DUMINICĂ – 20 martie

TVR 1

7.00 Teleenciclopedia (r) 8.10 Universul credinţei 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viaţa satului 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Descălecaţi în Carpaţi 15.00 Politică şi delicateţuri 16.00 Gala umorului 17.00 Doc.: „Armata delfinilor" 18.00 Lozul cel mare 18.35 La taifas cu Europa 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Omul din umbră" (coprod., 1970). Cu: Charles Bronson 22.50 Garantat 100% 23.50 Film: „O moarte încântătoare" (SUA, 1968) 1.40-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.00 După 20 de ani (r) 11.00 Film: „Maestrul despărţirilor" (SUA, 2004). Cu: Jamie Foxx 13.00 00 Ştirile ProTv 14.00 Ferma vedetelor (r) 16.00 Bake Off România (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Film: „Jack Ryan: Agentul din umbră" (coprod., 2014) 22.45 Film: „Desperado" (SUA, 1995). Cu: Antonio Banderas, Salma Hayek 0.45-6.15 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 9.30 Te cunosc de undeva! (r) 13.00 Observator 13.15 Next Star (r) 16.00 SuperBingo Metropolis 17.30 X Factor: Best Moments 19.00 Observator 20.00 Serial: „Mr. Bean" 20.00 În puii mei! 22.00 Film: „Un socru de coşmar" (SUA, 2000) 0.00 Film d.a.: „Puşcaşi marini" (SUA, 2005) 2.30 Film: „Un socru de coşmar" (r) 4.30 Serial: „Lassie".

PRIMA TV

7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniţii (r) 8.15 La TV (r) 8.45 Casa: construcţie şi design (r) 9.20 Teleshopping 10.00 Secrete de Stil (r) 10.30 Dosarele DNA (r) 11.30 Film: „Secretul lui Nemesis" (r) 14.00 Focus 14 15.00 Cronica Cârcotaşilor (r) 18.00 Focus 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Schimb de mame 22.30 Trădaţi în dragoste 0.30 Film: „Tanti" (România, 2010) 3.00-6.00 Reluări.

acasa

6.00 Serial: „Istorie în farfurie" 8.00 Teleshopping 8.30 Serial: „Suflet călător" (r) 11.15 Film: „Danielle Steel's – Zoya" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Zodiacul de ACASĂ 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Suflet călător" 20.00 Film: „Danielle Steel's – Zoya" (partea a II-a) 22.00 Serial: „Vise de smarald" 23.00 Serial: „Regina" 0.30 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.45 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.15 Teleshopping 8.00 Popasuri folclorice (r) 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Cariere 11.00 Europa 360º (r) 11.30 Locuri, oameni şi comori (r) 12.00 Cap Compas 12.30 A doua emigrare 13.00 Natură şi aventură 14.10 Film: „Un surâs în plină vară" (România, 1963). Cu: Sebastian Papaiani, Florina Luican 15.50 Poveşti citadine 16.00 Festivalul Internaţional de Circ de la Monte-Carlo 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Telejurnal 18.30 Drumul lui Leşe 19.30 Europa 360º 20.10 Film: „Ştefan cel Mare – Vaslui 1475" (România, 1975). Cu: Gheorghe Cozorici, Gheorghe Dinică 22.40 Serial: „Hacker" 23.40-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

6.30 Film: „Grevă de Crăciun" (r) 8.15 La Măruţă (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.15 Film: „Echipa de şoc" (r) 14.00 Film: „Prieteni din dragoste" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Divele" (SUA, 2008). Cu: Patricia Llaca, Julio Bracho 20.30 Film: „Regele din California" (sua, 2007). Cu: Michael Douglas, Evan Rachel Wood 22.30 Film: „Blestemul 3: Cheia misterului" (coprod., 2009) 0.30 Film (r) 2.15 Cine A.M.

7.00 Doamne de poveste **8.00** Serial: „La bloc" (r) **10.15** Film: „Sirroco" (r) **12.15** Film: „Păstrează amintirile" (r) **14.15** Film: „Virus mortal" (r) **16.15** Serial: „La bloc" **18.30** Film: „Le Havre" (coprod., 2011) **20.30** Film: „Şapte suflete" (SUA, 2008). Cu: Will Smith, Rosario Dawson **23.00** Film: „Casa celor 13 fantome" (SUA, 2011) **0.45** Film: „Onoare pătată" (SUA, 2002) **2.45** Cine A.M.

PUZZLE

Integramă de **M. ALBU**

ÎNCĂLȚAȚI PE ZLOATĂ / GRĂMEZI DE BAGAJE		CAPĂT DE COLOANĂ LA PĂSĂRI / ASCENSOR		VITELE MARI / CAP DE BIBAN!		SFÂRȘIT DE PARADĂ / KILOGRAME DE APĂ		ASPRU, BRUTAL / CEȘTI MARI		FORMĂ DE EXISTENȚĂ / FLUVIU GERMAN	
POEȚI CLASICI / CAPRICIU							SUPRAFEȚE PE OGOR / ARTERA CEA MARE				
				LA MUNTE E CASA LUI / DISTANȚAT					NENE! / DRUM ÎN CIRCUIT		
IARBĂ PORCEASCĂ / NOTĂ MUZICALĂ					ZBOR DE ALBINE / APĂRATĂ LA FOTBAL					ÎMPRĂȘTIAT PESTE TOT	
		MAMIFER CU TROMPA SCURTĂ / IDIOT						DUȘMĂNIE / LIMBI DE CEAS			
	ROMB LA CĂRȚI / TEXTUL PROBLEMEI					LIMITATE DE GRANIȚE / SPORT ÎN POLIGON					A DA INDICAȚII
			DORMITOR RUSTIC / A LĂSA PAF						SCAUN DE SCUTER / A PUNE SUB LUPĂ		
ÎN GALERE! / IMPARȚIALI / NU POT VORBI							REGE ARAB / DIN NOU				
				ÎN VITRINĂ! / ÎNCEPUT DE FESTIVAL!				CURGE LA ROBINET / MARGINI DE ULUCĂ			
ZEIȚĂ A APELOR / MINORITATE NAȚIONALĂ						SUFLAT CU METAL PREȚIOS					
					FLOARE DE GRĂDINĂ						

☺ *– Medicul mi-a recomandat insistent să încetez chefurile.*

– Care medic?

– Cel care locuiește deasupra noastră!

Umor

☺ *Un polițist oprește în trafic o mașină care mergea în zigzag și-l întreabă pe conducătorul auto, pregătindu-se să scrie procesul verbal:*

– Ce-ați băut?

– Trece acolo 7-8 beri, că sigur nu știi cum se scrie „sauvignon blanc”...

☺ *Azi dimineață, când m-am dus la sala de fitness, am observat că au adus un aparat nou. L-am folosit vreo oră, după care mi s-a făcut rău. E tare oricum. Are chipsuri, sucuri, batoane de ciocolată, tot ce vrei...*

☺ *Unei doamne în vârstă i s-a propus pentru prima dată să încerce berea. Savurând băutura, ea a fost surprinsă:*

– Ciudat! Gustul ei îmi amintește de medicamentul pe care soțul meu l-a luat în ultimii douăzeci de ani!

☺ *– Este posibil ca prostia să fie motivul divorțului?*

– Este posibil, dar, de cele mai multe ori, prostia este motivul căsătoriei.

☺ *– Cum te ferești de microbii din apă?*

– O fierb.

– Și apoi?

– Beau vin.

SUDOKU

jocul săptămânii: 10

7	2	9			3			
	5	3				1		4
			9					
8	3		7			6		
				5				
		6			2		8	7
					4			
4		2				9	7	
			2			4	5	6

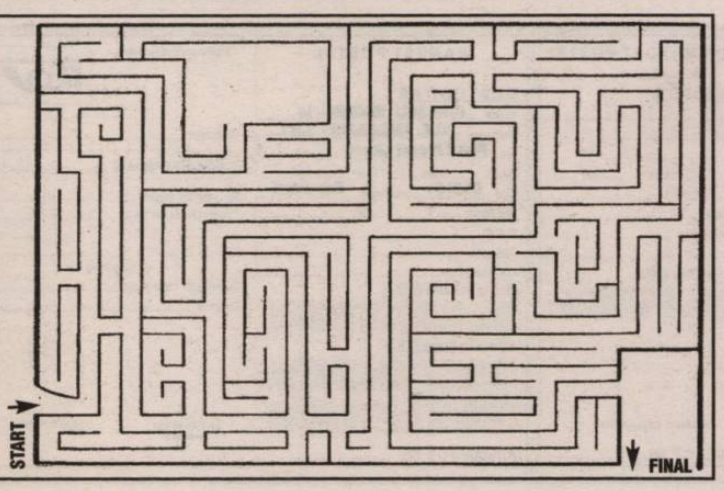
Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 9

3	1	2	4	7	9	6	5	8
5	6	9	1	8	3	2	4	7
7	8	4	2	6	5	3	9	1
8	4	3	9	1	2	5	7	6
1	2	6	7	5	4	9	8	3
9	5	7	8	3	6	1	2	4
2	9	1	3	4	7	8	6	5
4	3	5	6	9	8	7	1	2
6	7	8	5	2	1	4	3	9

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul



SOLUȚIA INTEGRAMEI „SNOAVE”:

Orizontal: U - A - A - D - Z - V - DISCIPLINATA - TAIATI - ETIC - MATUR - NIT - BA - REA - AISORI - BI - RARIT - IAD - I - SERI - EST - E - STA - INOTA - AV - OCA - IRITARI - SC - IESI - RUSE - IACI - CRATER - ATEI - NEURONI.

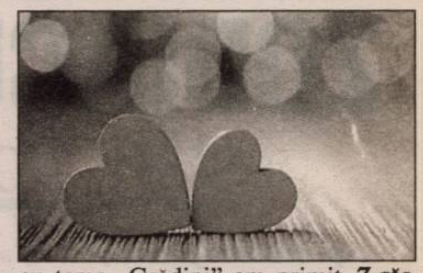
Verificați-vă cunoștințele!

De dragoste

1. Care era zeul dragostei în mitologia japoneză?
2. Care era zeița dragostei în mitologia scandinavă?
3. Ce mare prozator columbian a scris romanul „Dragoste în vremea holerei”?
4. Cine a compus, în 1840, ciclul de lieduri „Dragoste de poet” pe versuri de Heine?
5. Cui aparține pictura murală „Galaxia iubirii” din aula Mihai Eminescu de la Universitatea Alexandru Ioan Cuza din Iași?
6. Cine a realizat, în 1994, filmul american „Poveste de iubire” („Love Affair”)?
7. Cum se numește sărbătoarea populară românească dedicată zeului dragostei cu același nume din Panteonul autohton?

Răspunsurile din numărul trecut

1) Din punct de vedere meteorologic primăvara este anotimpul de trecere de la iarnă la vară, care, în emisfera boreală coincide cu primăvara astronomică. Calendaristic durează de la 1 martie la 31 mai. 2) Poezia „Nervi de primăvară” a fost scrisă de George Bacovia. 3) Tabloul „Flori de primăvară” poartă semnătura lui Ștefan Luchian. 4) Romanul „Zăpadă de primăvară” a fost scris de Yukio Mishima. 5) Lucrarea „Primăvara eternă” aparține lui Auguste Rodin (1840-1917). 6) Valsul „Voci de primăvară” a fost compus de Johann Strauss-fiul (1825-1899). 7) Filmul „Spring” (Primăvară sângeroasă) a fost realizat de regizorul Justin Benson.



Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Grădini” am primit ***7 răspunsuri corecte*** de la următorii prieteni ai rubricii: *Florentina Gorea,* Toplița; *Mioara Popa* și *Daniela Nicolae,* Iași; *Elena Ispas,* Piatra-Neamț; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Gheorghe Enache,* Galați; *Matei Bărbulescu,* Iași; *Ing. Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei și *Ing. Mihai* Waspusch, București.

✉ ***Kolea Kureliuc, Măriței.*** După cum cred că ați observat am ținut cont de sugestia dumneavoastră. Rămâne să mai analizăm și celelalte propuneri. *(Irina Stoica)*

Sfaturi practice

Planta-zebră

Aphelandra

■ Este o plantă originară din sud-estul Braziliei, cu frunze cerate de culoare verde-închis și cu nervuri proeminente, albe sau galbene.

■ Florile au forma unui spic, au o înălțime de aproximativ 20 cm și sunt de culoare galbenă. Planta înflorește din iunie până în octombrie.

■ Are o creștere destul de lentă și din acest motiv nu este necesară schimbarea prea des a ghiveciului. Pământul trebuie însă schimbat o dată la doi ani.

■ Planta nu se amplasează în lumina directă a soarelui, ci în locuri semiumbroase. Trebuie avut mare grijă la frig și pe perioada iernii este obligatoriu să fie ținută în casă sau în sere.

■ Pentru o înflorire abundentă, începând din luna martie și până în octombrie se administrează îngrășăminte o dată la 10-15 zile.

■ Udarea se face cu regularitate, însă nu în exces. Solul trebui lăsat să se usuce între udări, însă nu să se întărească. Apa din abundență poate provoca îngălbenirea sau căderea frunzelor.

■ Înmulțirea se poate face primăvara, prin butași verzi care se plantează într-o răsadniță ținută la loc cald (20-25ºC).

ZODIACUL EUROPEAN

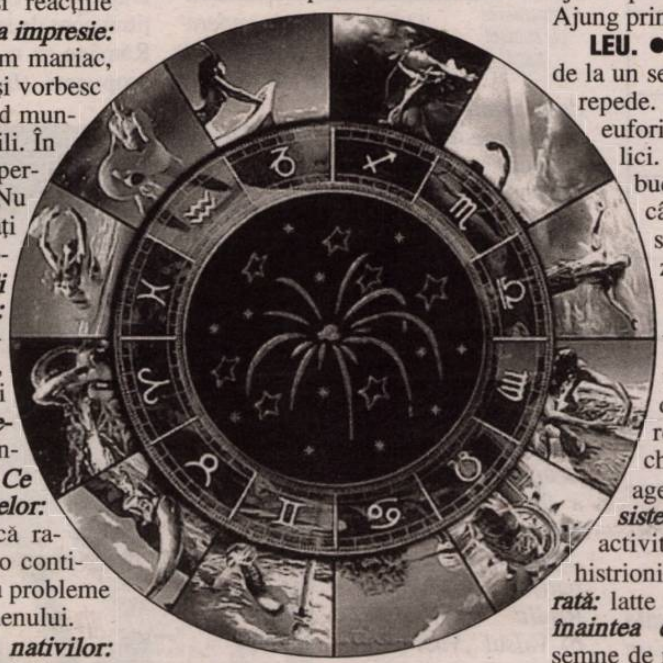
stări, tipologii şi obiceiuri 3

Aşa cum am promis, continuăm prezentarea semnelor zodiacale ale horoscopului european, încercând să vă dezvăluim câteva din secretele comportamentului şi a tipologiei nativilor.

BERBEC. ● ***Stările nativilor:*** simt emoţiile destul de intens şi dispun de o energie remarcabilă. Percep un pic exagerat sentimentele de bucurie şi impulsivitate sau furia şi nerăbdarea. Îşi schimbă dispoziţia şi reacţiile foarte repede. ● ***Prima impresie:*** au un caracter oarecum maniac, sunt destul de agitaţi şi vorbesc pe un ton ridicat. Când muncesc sunt destul de agili. În tinereţe afişează o superficialitate crescută. Nu se lasă aşa uşor afectaţi de celelalte semne zodiacale. ● ***Posibile boli ale sistemului nervos:*** hiperactivitate, impulsivitate, insomnie, gândesc doar în alb şi negru. ● ***Cafeaua preferată:*** expresso, în cantităţi considerabile. ● ***Ce fac înaintea examenelor:*** încearcă să revizuiască rapid toată materia într-o continuă stare nervoasă. Au probleme cu reţinerea orei examenului.

TAUR. ● ***Stările nativilor:*** sunt nativii cei mai stabili emoţional din tot zodiacul. Starea lor de spirit rămâne aceeaşi însă există riscul ca atunci când se confruntă cu instabilitatea sau nesiguranţa să devină furioşi. ● ***Prima impresie:*** de obicei, auziţi un nativ Taur înainte de a-l vedea. Indiferent de sex, nativii arată bine, sunt bine construiţi şi proporţionaţi. ● ***Posibile boli ale sistemului nervos:*** somnolenţă exagerată, dezvoltă tot felul de angoase. ● ***Cafeaua preferată:*** cappuccino, simplitatea înfăşurată în lux pentru stăpânii lumii materiale. ● ***Ce fac înaintea examenelor:*** se izolează, îşi recapitulează în memorie totul, simt o stare de presiune, deşi sunt încrezători în propriile puteri. Au propriile tehnici de învăţare şi recapitulare.

GEMENI. ● ***Stările nativilor:*** Experienţele le aduc modificări de dispoziţie şi chiar schimbări ale personalităţii. Putem spune că pot deveni duali, adoptând din personalitea celor cu care vin în contact. Îi caracterizează o nervozitatea permanentă, o agitaţie perpetuă, dar, în acelaşti timp şi o melancolie persistentă. ● ***Prima impresie:*** de obicei, par mult mai tineri decât sunt. Abili, mai ales în comunicare; glumeţi, manieraţi. ● ***Posibile boli ale sistemului nervos:*** insomnie, labilitate emoţională, disociere, nevoia de a face zgomot. ● ***Cafeaua preferată:*** cafea dublă cu lapte, dacă se poate chiar decofeinizată. ● ***Ce fac înaintea examenelor:*** simt că se pot baza pe propriile cunoştinţe şi tind să vorbească încontinuu cu toată lumea. Caută să râdă ca să-şi calmeze starea nervoasă şi folosesc tot felul de jocuri de cuvinte.



RAC. ● ***Stările nativilor:*** Fiind guvernaţi de Lună, sunt foarte sensibili la schimbările acesteia şi efectiv simt că îşi pierd busola foarte repede. Siguranţa şi melancolia le aduce mai repede un sentiment exagerat de bucurie şi ar trebui ponderaţi. ● ***Prima impresie:*** foarte calzi, primitori; privire profundă şi luminoasă; în general, au voci profunde. Lasă impresia unei naivităţi debordante. ● ***Posibile boli ale sistemului nervos:*** instabilitate emoţională, devin uşor dependenţi, modificări violente ale dispoziţiei, deosebit de schimbători. ● ***Cafeaua preferată:*** mai repede o mocha le conferă confortul necesar. ● ***Ce fac înaintea examenelor:*** de obicei, suferă de dureri de stomac, se izolează de ceilalţi şi îşi recapitulează materia. Sunt îndoielnici şi se îngrijorează că nu vor şti de ajuns pentru a fi promovaţi. Ajung printre primii la examene.

LEU. ● ***Stările nativilor:*** trec de la un sentiment la altul foarte repede. Ori sunt exageraţi de euforici, ori prea melancolici. Sunt predispuşi la izbucniri aleatorii. Atunci când sunt criticaţi îşi schimbă rapid dispoziţia şi devin periculos de iritaţi. ● ***Prima impresie:*** radiază un fel de vibraţie caldă, ca un soare blând; destul de jucăuşi în exprimare; au ochi frumoşi, chiar hipnotici şi privire ageră. ● ***Posibile boli ale sistemului nervos:*** hiperactivitate, isterie, tendinţe histrionice. ● ***Cafeaua preferată:*** latte macchiato. ● ***Ce fac înaintea examenelor:*** nu dau semne de nervozitate iar cu o zi înaintea examenelor nu mai învaţă nimic. Se simt pregătiţi şi sunt destul de organizaţi. În mare secret sunt îngrijoraţi că nu au învăţat suficient.

FECIOARA. ● ***Stările nativilor:*** prezintă fluctuaţii ale stării de spirit, deşi le afişează rar. De obicei îşi reprimă emoţiile, stare care se poate manifesta printr-o exagerare a nevoii de ordine, o nervozitate crescută sau anxietate. ● ***Prima impresie:*** impecabili atunci când se prezintă; vigilenţi, umili, rafinaţi. ● ***Posibile boli ale sistemului nervos:*** anxietate, tendinţe obsesiv-compulsive, nervozitate. ● ***Cafeaua preferată:*** caffe americano. ● ***Ce fac înaintea examenelor:*** îşi fac o recapitulare organizată, pe foi bine structurate, se simt nervoşi şi neliniştiţi, chiar nesiguri. Sosesc la faţa locului mult prea devreme.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Istorii oculte – diluviile lumii ■ Războiul mondial din secolul VIII ■ Speculând pe marginea ipotezei extraterestre ■ Să îmbrăcăm statuile! ■ Ravenna – oraşul lui Dante ■ Aşchia nu sare departe de trunchi ■ Maternitate fără frontiere ■ Petreceri cu fantome ■ Misterioşii „japonezi" din Hokkaido

HOROSCOP

14-20 martie 2016

BERBEC 21.03-20.04

Începeţi un nou regim de viaţă şi adoptaţi o dietă mai echilibrată, care vă face să vă simţiţi mai stabili. Spre sfârşitul săptămânii începeţi câteva discuţii de negociere cu un nativ din zodia Gemeni. Mare atenţie la toate datele şi la corectitudinea cifrelor. Duminică iese la iveală visătorul din dumneavoastră.

TAUR 21.04-21.05

Feriţi-vă să acţionaţi impulsiv la cea mai mică discuţie în contradictoriu. Mai bine înarmaţi-vă cu răbdare. Urmează o perioadă cu multe probleme de rezolvat şi irascibilitatea nu face decât să agraveze situaţia. Weekendul va fi presărat cu vizite şi veţi avea plăcerea revederii unui prieten drag.

GEMENI 22.05-21.06

Parcurgeţi o perioadă când sunteţi destul de sensibili iar unele discuţii vor putea provoca tensiuni între membri familiei. Dornici să vă rezolvaţi anumite probleme comunicaţi mai mult cu prietenii şi vă gândiţi chiar să aplicaţi unele sugestii oferite de aceştia. Mult succes!

RAC 22.06-21.07

Aveţi capacitatea necesară de a înţelege sensul ascuns al lucrurilor. Vi se pare că nu sunteţi înţeleşi şi că nici nu vă aprobă nimeni ideile. Aveţi răbdarea necesară să îi ascultaţi pe ceilalţi. Aşa veţi înţelege că aparenţele ne înşeală uneori şi că apele nu sunt atât de tulburi.

LEU 22.07-22.08

Este bine să nu faceţi excese de niciun fel în aceste zile. Căutaţi sprijinul cuiva şi nu îl veţi găsi nici măcar la cei mai buni prieteni. Dacă sunteţi însă prea indispuşi aţi putea merge la cumpărături. Gândiţi-vă bine înainte să faceţi unele achiziţii. Stilul de viaţă risipitor chiar nu vi se potriveşte.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Sunteţi mult mai emotivi ca de obicei şi vă concentraţi mai greu. Aveţi şi foarte multe probleme de rezolvat şi tot ce trebuie să faceţi este să cumpăniţi bine. Căutaţi să obţineţi mai multe informaţii şi soluţionaţi totul gradat. În weekend, un prieten are nevoie de ceva de la dumneavoastră.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Visele dumnevoastră devin mai vii şi mai realiste ca de obicei, deşi simţiţi mai multă nesiguranţă. Prindeţi curaj şi vă gândiţi chiar să investiţi mai multe sentimente în relaţia de cuplu. Şi partenerul are nevoie de atenţie. Trebuie să simţiţi asta, chiar dacă nu v-o cere.

SCORPION 23.10-21.11

Zilele acestea vă pregătiţi de sărbătoare. Un eveniment vă aduce alături de persoane dragi şi deveniţi un pic mai sensibili. Mare atenţie la ce spuneţi sau la ce sugeraţi. Evitaţi să faceţi ceva pentru care mai târziu veţi regreta. Weekendul aduce rezolvarea unei probleme de familie.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Sunteţi în centrul atenţiei însă nu trebuie să profitaţi de asta pentru a vă pune într-o lumină defavorabilă. Este momentul să vă comportaţi impecabil şi să discutaţi problemele inimii dumneavoastră cu persoana pe care o consideraţi cea mai capabilă să vă înţeleagă.

CAPRICORN 22.12-19.01

Nu acţionaţi din impuls. Mai înţelept ar fi să vă gândiţi la acţiunile dumneavoastră deoarece mai târziu veţi regreta. Discuţii optimiste veţi purta doar cu nativi din zodiile Berbec şi Săgetător însă nu forţaţi nota. Nu toată lumea are atâta răbdare.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Încă de la începutul săptămânii simţiţi nevoia să vă răsfăţaţi şi vă cumpăraţi ceva care vă doreaţi de ceva vreme. Oricum, meritaţi! Aţi muncit cam mult în ultimul timp. Răsplata o veţi primi abia în weekend, când persoana iubită vă face o surpriză de proporţii.

PEŞTI 19.02-20.03

În centrul atenţiei dumneavoastră se află relaţiile şi asta scoate în evidenţă sentimentele pe care este posibil să fi fost îngropate de ceva vreme. Aveţi nevoie de tact şi diplomaţie pentru a discuta problemele delicate.

Nativul săptămânii: **ALBERT EINSTEIN** (14.03.1879 – 18.04.1955)

A fost un cunoscut fizician teoretician, autorul teoriei relativităţii şi unul dintre cei mai străluciţi oameni de ştiinţă ai omenirii. Acest nativ al zodiei Peşti a primit în 1921 Premiul Nobel pentru Fizică. În întreaga sa activitate a publicat peste 300 de lucrări ştiinţifice şi peste 150 în alte domenii.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon.
0213178964

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	6,00 LEI
❑ 2 LUNI	12,00 LEI
❑ 3 LUNI	18,00 LEI
❑ 4 LUNI	24,00 LEI
❑ 5 LUNI	30,00 LEI
❑ 6 LUNI	36,00 LEI

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Abonaţi-vă la magazin

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal şpe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701t, contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat la care se adaugă taxa poştală de expediere) sau să achitaţi în conturile bancare indicate la pagina 2 şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni) în conturile societăţii.

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION - la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POSTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

Biblioteca Judeţeană MUREŞ

SERIE NOUĂ - 1289 ● ANUL LIX ● 17 MARTIE 2016 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 11 (3039)

magazin

Mail: redactia@revistamagazin.ro Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Minunile lumii

MISTERIOŞII

„japonezi" din Hokkaido

Femina club

Pentru părinţi

5 „şiretlicuri" pentru a motiva un adolescent

Dosarele frumuseţii

Arta machiajului

Consultaţii fără plată

„ATAC" CHIMIC la bebeluşi!

«Să nu bateţi niciodată la uşile care ţi s-au închis!... Acolo locuiesc oameni care te-au scos din viaţa lor.»

Honoré de Balzac

Istoria este uneori mai crudă decât credeam

Imperii cu viaţă scurtă

***Se spune că „ceea este mai scurt, este mai dulce". Cei care cred că trecutul este o înşiruire de epoci îndelungate pot descoperi că unele evenimente istorice au apus practic înainte de a atinge un punct culminant. Iată câteva dintre acestea, aşa cum sunt prezentate de* Listverse.com.**

Eroarea fatală a aztecilor

Deşi unii cred că Imperiul Aztec, cu piramidele şi sacrificiile sale umane, e ceva foarte vechi, este practic vorba despre o civilizaţie recentă care, culmea nici măcar nu a avut o viaţă lungă. Capitala imperiului, oraşul Tenochtitlan, a fost fondată în anul 1325, adică la trei sferturi de secol după inaugurarea Universităţii Oxford. Aztecii au avut nevoie de 100 de ani să se alieze cu vecinii lor din Tlacopan şi Texcoco pentru a porni campania lor de cuceriri şi pentru a construi un imperiu destul de mare, dar cu viaţă destul de scurtă.

Pericle

Deşi Imperiul Aztec a reuşit să controleze centrul actualului Mexic, el a sucombat după doar 94 de ani. Doar de dragul comparaţiei, să amintim că civilizaţia mayaşă a supravieţuit şase secole şi jumătate, iar cea olmecă, peste opt. Sfârşitul Imperiului Aztec s-a datorat unei erori monumentale a împăratului: el a fost cel care l-a primit cu onoruri pe şeful unei armate de numai 200 de conchistadori spanioli, Hernando Cortes, care drept mulţumire i-a omorât pe toţi conducătorii imperiali, făcându-i sclavi pe supuşi, punând mâna apoi şi pe toate bogăţiile aztece şi semnând astfel actul de deces al unei civilizaţii subţiri ca o pojghiţă de gheaţă.

Democraţie subţire ca aţa

Dacă ai ajunge cu o maşină a timpului în Grecia antică, ceea ce ai putea întâlni ar fi togi, scriitori, bărbaţi chipeşi şi, cel mai important, democraţie. Atenienii, sub domnia lui Clistene, au fost martorii naşterii „puterii poporului", a democraţiei, şi de atunci mulţi, până în ziua de azi, au încercat să o reproducă. Dar după 47 de ani democraţia a sucombat, odată cu alegerea lui Pericle ca general, în anul 461 î.e.n. În Atena antică, un general putea fi reales de câte ori dorea, câtă vreme era în stare să influenţeze voturile. Iar Pericle era un maestru al exercitării acestei influenţe. Timp de 25 de ani, el a fost reales în funcţie dându-i-se mână liberă să facă orice voia.

Istoricul atenian Tucidide spunea că Atena „este doar cu numele o democraţie, în realitate fiind guvernată de un singur om". Lucrurile s-au agravat şi mai mult după moartea lui Pericle. În anul 415 î.e.n. un grup de cetăţeni, supăraţi că Atena fusese învinsă în câteva lupte, a pus la cale o lovitură de stat, aducând la putere un fel de oligarhie care, la rândul ei, după 11 ani, în 404, a fost înlocuită cu o formă vicioasă de autoritarism (totalitarism). Dar după înlăturarea guvernului autoritar, democraţia s-a născut a doua oară. De data aceasta ea a trăit 80 de ani, adică până în momentul în care Grecia a fost cucerită de macedonenii lui Alexandru cel Mare.

Alexandru cel Mare

Cuceriri rapide, moarte subită

Şi dacă tot am amintit despre macedoneni, să ne oprim puţin şi la cel mai mare dintre toţi, la omul care a denumit lumea după numele lui: Alexandru Macedon, cel Mare (356-323 î.e.n.). El a venit pe tron la 20 de ani, în anul 336 î.e.n., şi imediat a pornit o campanie de cucerire. În cei 13 ani pe care i-a mai trăit, Alexandru cel Mare a cucerit Grecia, a supus Persia, a revendicat Egiptul şi a dobândit teritorii îndepărtate aflate în India modernă. Dar, ca orice imperiu, toate cuceririle lui Alexandru Macedon n-au însemnat nimic şi asta pentru că imperiul macedonean n-a durat nici măcar un deceniu!

Prin comparaţie, Imperiul Roman şi dinastia Maurya, care s-au născut cam în aceleaşi vremuri, au durat câteva secole. Dispariţia rapidă a imperiului macedonean s-a datorat faptului că Alexandru nu şi-a asigurat succesiunea după moarte. Nici n-a avut cum, deoarece a murit la numai 33 de ani, de friguri (sau otrăvit la un banchet?), iar generalii lui n-au avut niciun interes de a coopera pentru a securiza frontierele imperiului. Dimpotrivă, au pornit războaie interne pentru a dobândi pământuri, sfârtecând întreg imperiul! Astfel că imperiul lui Alexandru cel Mare, cel mai mare din lumea antică, a existat practic din anul 325 până în 319 î.e.n., adică doar şase ani! În vreme ce azi noi avem imperiul Facebook de două ori mai „bătrân" decât imperiul lui Alexandru Macedon...

Aut Cezar, aut nihil

Mai există un personaj istoric care a aruncat o lungă umbră peste istoria Europei: e vorba despre Cezar, cel care a transformat republica în dictatură. Ironia sorţii a fost că, din cei 58 de ani câţi a petrecut pe Pământ, doar doi ani s-a aflat la conducerea Imperiului Roman. În anul 83 î.e.n., la vârsta de 17 ani, Cezar s-a înrolat în serviciul militar. Din acel moment până a ajuns la vârsta de mijloc, Cezar a pendulat înainte şi înapoi între cererile unei vieţi militare stricte şi ambiţiile sale politice în Senat. A trebuit să ajungă la 41 de ani, în anul 59 î.e.n., pentru a căpăta o poziţie de adevărată putere. Ales consul, lui Cezar i s-a dat pe mână o mare bucată a imperiului şi a căpătat o mare influenţă în Senat.

Dar chiar şi aşa, puterea lui era ţinută sub control de colegii senatori. Pentru a-i mai tăia din aripi, aceştia l-au trimis într-o misiune departe de Roma, pentru a cuceri Galia. O misiune care i-a consumat zece ani din viaţă. Poate că Senatul spera ca puternicul consul să-şi afle sfârşitul pe îndepărtatele pământuri galice. Numai că soarta a făcut ca Cezar să se întoarcă victorios şi cu ajutorul armatei sale să încerce să cucerească şi puterea supremă în imperiu prin intermediul unui război civil, care a durat 3 ani.

Ajuns în fruntea Romei, Cezar şi-a mai petrecut 12 luni pentru a-şi anihila adversarii externi şi pentru a-şi securiza poziţia internă. În cele din urmă, în anul 45 î.e.n., Iulius Cezar a devenit conducătorul suprem al imperiului. Chiar şi aşa, tehnic vorbind, el n-a fost chiar împărat; azi se consideră că Augustus a fost primul împărat cu adevărat. Până la urmă, nici bucuria de a fi comandant suprem la Roma n-a ţinut mult. După doar 12 luni, în anul 44 î.e.n., Cezar a fost asasinat de senatorii lui, un final nefericit pentru cineva care a petrecut decenii pentru a dobândi puterea deplină.

5 948427 000126 11

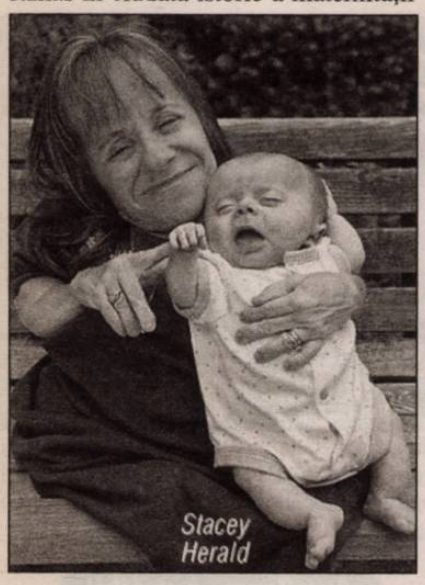
Biblioteca Naţională MUREŞ

Maternitate fără frontiere

Aducerea pe lume de copii (mă refer aici strict la oameni) nu constituie doar un fenomen natural, în marea majoritate a cazurilor dorit, ci include şi adevărate bizarerii la care probabil nimeni nu s-ar gândi în condiţii normale. Putem să le numim curiozităţi, dar cazuri precum cele de mai jos tot în categoria insolitului se încadrează...

Familia lui Feodor Vasiliev

◆ La 35 de ani, Stacey Herald a devenit cea mai scundă mamă din lume: avea înălţimea de 71 de centimetri. În schimb, micuţa Lina Medina, din capitala Perului, Lima, a rămas în ciudata istorie a maternităţii drept cea mai tânără mamă, la numai 5 ani (în 1939) având prima naştere – un băiat, care a murit la 40 de ani, din cauza unei boli a măduvei osoase. Ea a mai avut un băiat, născut în 1972. Despre tatăl primului copil nu a vorbit niciodată public.


Stacey Herald

◆ Prima soţie a rusului Feodor Vasiliev a născut 69 de copii în urma a 27 de sarcini. Omul a avut şi o a doua nevastă, care i-a dăruit „doar" 18 urmaşi. De remarcat că, din cei 87 de copii ai acestuia, au supravieţuit 82!

◆ Există şi o cea mai tânără bunică din lume, astfel „omologată" la vârsta de 23 de ani, în 2011. Pe numele său Rifca Stănescu, ea e cetăţean român şi a născut o fetiţă la 12 ani, care, la rândul ei, a avut prima naştere la 11 ani!

◆ Una dintre anomaliile contemporane promovate cu sârg ca normalităţi este naşterea de copii de către persoane declarate la un moment dat bărbat. Primul (prima?) dintre acestea a fost Thomas Beatie, care mulţi ani a avut aparenţa unui bărbat datorită injecţiilor cu testosteroni, deşi avea organe genitale femeieşti. Cu toate astea, s-a căsătorit (cu o femeie!), dar soţia lui fiind sterilă a preferat să poarte copilul lor, înainte să-şi schimbe sexul prin operaţie, în 2012. În prezent, bizarul cuplu are trei copii, toţi născuţi de... Thomas Beatie.

◆ Cei mai mulţi gemeni a născut americanca Nadya Suleman din Los Angeles, în 2009, la vârsta de 33

Nadya Suleman

de ani, în urma unei fertilizări *in vitro*. Supranumită ulterior „Octomom", ea a adus pe lume 8 bebeluşi, în acel moment având încă 6 copii...

Sufrageria modernă

Se pare că moda vorbirii în noua păsărească pe care mulţi o consideră engleză a pătruns în cele mai neaşteptate colţuri ale gândirii umane.

Să vorbim corect!

Zilele trecute am citit o reclamă mare cât toate zilele care ne anunţa că acolo se vând „mese şi scaune pentru *dining*".

Am recitit de câteva ori cuvintele respective şi nu-mi venea să cred că proprietarul atelierului respectiv ne învăţa la ce se folosesc mobilele scoase la vânzare.

Apoi ne-am întrebat de ce apare aici cuvântul „dining" când de câteva bune generaţii noi avem un alt termen.

Ni s-a părut de un ridicol absolut şi nu ne-a rămas altceva decât să parafrazăm un mare poet, întrebându-ne: „Unde sunt sufrageriile de altădată?". *(I.S.)*

Animale-capcană robotizate

Nu doar africanii din state precum Mozambic, Tanzania etc. se confruntă cu braconajul intensiv, ci şi americanii. În fiecare an zeci de mii de animale sălbatice – cerbi, căprioare, vulpi, urşi – sunt ucise ilegal. Deşi autorităţile asigură o pază bine organizată, aceasta este incapabilă să supravegheze vastele teritorii sălbatice – păduri, prerii, zone muntoase.

Punctul nevralgic îl constituie animalele protejate şi cele pe cale de dispariţie. În urmă cu un deceniu au început să fie plasate experimental, în timpul prohibiţiei, în cele mai frecventate zone de vânători, primele animale împăiate, dotate cu sistem de alertă recepţionată de paznici şi poliţie care i-a deconspirat pe braconieri. Un experiment care s-a soldat cu arestări şi dosare penale.

În ultimii ani, animalele-ţintă au fost robotizate, sistemele permiţându-le să-şi mişte capul, coada, înşelându-i şi pe cei mai mai circumspecţi braconieri care ştiau de existenţa acestora. Până acum au fost instalate în diverse zone sălbatice ale Statelor Unite aproximativ 50 de cerbi şi căprioare robotizate, mult prea puţin pentru a susţine lupta împotriva braconajului şi asta din cauza costurilor de fabricaţie ridicate şi a subvenţiilor reduse.

În ultimele luni, societatea Wildlife Land a reuşit să obţină subvenţii pentru realizarea de noi animale robotizate, mai perfecţionate şi mai ieftine, contractul fiind semnat cu fabricantul Custom Robotic Wildlife. Animalele – cerbi şi căprioare – cu blană naturală vor fi dotate cu senzori şi sisteme mecanice ce vor reda, cu suplеţe, mişcările animalelor care vor putea fi comandate prin telecomandă.

DORIN MĂRAN

Starea de veghe

Baie de sânge cu copile în ring

Seara zilei de 16 februarie 2015 a fost una neagră pentru un domeniu (o noţiune?) care în esenţă ar trebui să se definească în primul rând prin noblеţe şi echilibru sub toate aspectele: sportul. „Minte sănătoasă în corp sănătos"? Fair-play?

Au fost introduse, din păcate, mai degrabă pe căi lăturalnice în acest vast spaţiu tot felul de manifestări de o agresivitate împinsă până la violenţa extremă. Exact cu un an în urmă, combatantul mexican de catch Hijo del Perro Aguayo, 35 de ani, a fost ucis în ring de un compatriot al său, în urma unei lovituri de picior primite în zona gâtului.

Nu este primul caz de acest gen, dar data menţionată la începutul articolului de faţă se referă la o întrecere desfăşurată la Braşov, în cadrul căreia au fost folosite şi două copile de 16 şi, respectiv, 17 ani! Bătaie în toată regula, desfăşurată într-o cuşcă de sârmă (aşa-zisul „sport" se numeşte MMA – „arte marţiale mixte"), în cadrul căreia nu doar pumnii, ci şi loviturile cu picioarele au curs din abundenţă. Confruntarea nu a durat foarte mult, deoarece puştoaica de 16 ani, Maia, a trebuit să iasă din cuşcă având faţa scăldată de sânge. Ea practică de 2 ani astfel de sporturi violente, iar Delia, mult mai experimentata învingătoare a sa, a intrat în „sporturile de contact" de la 10 ani.

Fără îndoială, această manifestare – scoasă la lumină de colegi jurnalişti care au ales să nu ascundă sub preş o asemenea aberaţie numită cât se poate de cinic „spectacol" – îi va revolta pe mulţi cititori. Totuşi, e de remarcat şi un amănunt din cadrul manifestării respective: majoritatea spectatorilor prezenţi erau tineri (şi tinere!) aşezaţi confortabil în jurul cuştii, la mese pline de mâncare şi băuturi, nerăbdători să asiste la schimbul sângeros de lovituri dintre cele două minore. Un adevărat spectacol pentru juni educaţi şi cu bun-simţ, ce mai!

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

ECHIPA DE SERVICIU:
Responsabil de număr: Adrian-Nicolae Popescu
Secretar de redacţie: Ionel Cojocaru

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66

GEORGE CUŞNARENCU
Redactor şef

ADRIAN HOAJĂ,
PAUL IOAN,
MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: **TIPOMEDIA PROD S.R.L.**

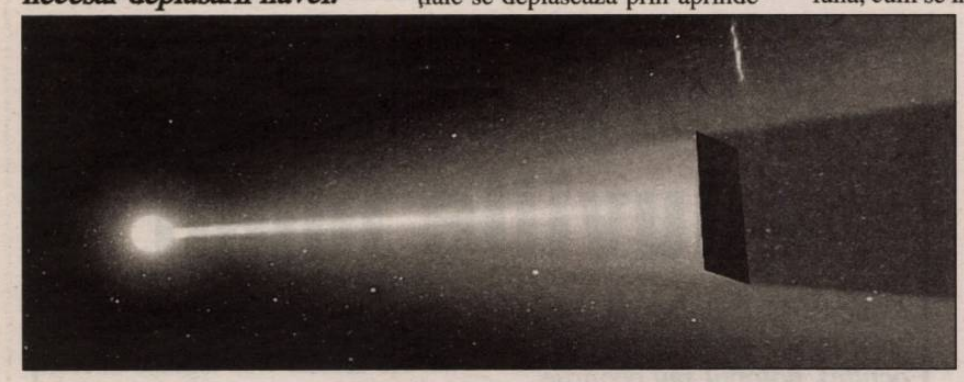
Terra-Marte, în 3 zile?

O tehnologie bazată pe exploatarea puterii luminii ar putea fi secretul pentru a ajune pe „planeta roşie" mult mai rapid decât în prezent. Un grup de fizicieni de la Universitatea Santa Barbara din California, condus de profesorul Phillip Lubin, lucrează la un prototip de rachetă spaţială care foloseşte aşa-numita „propulsie fotonică" – o tehnică de utilizare a luminii din lasere pentru a produce impulsul necesar deplasării navei.

Deşi prototipul este minuscul, se speră că el va inspira crearea, într-o zi, a unor nave spaţiale mult mai mari, care să călătorească rapid spre Marte. „Ştim cum să obţinem viteze relativiste, adică apropiate de viteza luminii, în condiţii de laborator, dar pentru obiecte foarte mici. Sperăm ca într-o zi să reuşim să facem asta şi cu obiecte mai mari, care ar putea ajunge să se deplaseze cu până la un sfert din viteza luminii, adică aproximativ 75.000 km pe secundă", spune Lubin.

Se ştie că toate navetele spaţiale se deplasează prin aprinderea combustibilului, care împinge nava înainte. Dar propulsia clasică necesită o cantitate imensă de combustibil, care îngreuiază şi încetineşte nava. Spre deosebire de ea, propulsia fotonică foloseşte un mănunchi de lasere, ceea ce înseamnă că nu va mai fi necesară prezenţa la bord a niciunui alt combustibil. Astfel, nava propulsată de fotonii din componenţa laserelor va accelera mai uşor şi va atinge viteze mult mai mari.

„În viitorul nu foarte îndepărtat, vom putea trimite spre Marte nave spaţiale de până la 100 kg, care să ajungă acolo în câteva zile, spre deosebire de peste o lună, cum se întâmplă în prezent. Nu propunem sisteme pentru a trimite oameni la distanţe interstelare, fiindcă oamenii sunt extrem de fragili. Misiunile robotice sunt mult mai potrivite pentru explorările spaţiale", a declarat Lubin.



Volvo – model revoluţionar

Compania suedeză Volvo ar putea fi primul producător de autovehicule care să permită clienţilor săi să-şi deschidă şi să-şi pornească maşina doar cu ajutorul unei simple aplicaţii de smartphone. Firma susţine că intenţionează să lanseze primul model de maşină fără chei în anul 2017.

Aplicaţia va permite unei „chei digitale" de pe telefonul mobil al utilizatorului să încuie şi să descuie portierele şi să pornească motorul asemenea unei chei clasice. Mai mult, ea va oferi clienţilor şi posibilitatea de a avea acces la mai multe maşini, desigur, cu acordul proprietarilor acestora.

De pildă, le va permite părinţilor să „împartă" cheia cu copiii lor, dar le va da şi posibilitatea de a împiedica accesul acestora din urmă la maşină, prin blocarea, tot de pe mobil, a aplicaţiei.

Graţie acestei invenţii, turiştii pot închiria şi conduce maşini oriunde în lume, solicitând firmei de închirieri parola, care le va oferi instantaneu „cheia digitală" a autoturismului închiriat. La sosirea la destinaţia de vacanţă, turistul îşi poate localiza maşina închiriată prin GPS, o va descuia şi o va porni cu ajutorul telefonului, evitând astfel frustările legate de cozile interminabile de la birourile de închirieri maşini din aeroporturi sau gări.

Facebook-ul sau cocaina?

Că reţelele de socializare sunt un „drog" pentru mulţi pare să fie nu doar o expresie metaforică, ci pura realitate. Scanările efectuate asupra creierului au relevat că, în timp ce internauţii îşi verifică pagina de Facebook, sunt

activate aceleaşi zone cerebrale pe care le stimulează cocaina şi alte substanţe narcotice.

Bizarul experiment, care a studiat comportamentul a 20 de tineri cu vârste cuprinse între 16 şi 30 de ani, a fost desfăşurat la Universitatea Statului California de echipă condusă de prof. Ofir Turel. Aceştia au fost invitaţi să apese pe un buton ori de câte ori regăseau, pe ecranul aflat în faţa lor, imagini referitoare la Facebook – simbolul reţelei de socializare, părţi din „wall-ul" de Facebook sau poze devenite virale. În acelaşi timp cu monitorizarea vitezei de reacţie şi creierele lor erau monitorizate.

S-a observat că tinerii care-şi petreceau majoritatea timpului liber pe Facebook aveau reacţii mult mai rapide la imaginile legate de reţeaua de socializare, decât ceilalţi subiecţi. De asemenea, s-a observat o intensificare accentuată a activităţii în regiunile amygdala şi striatum din creier, regiuni legate de comportamentul compulsiv şi care se activau şi la persoanele dependente de cocaină.

Atenţie, sunteţi spionaţi din avion!

Cu zeci de ani în urmă, avioanespion de tipul U-2 puteau detecta rachete nucleare în Cuba, de la zeci de kilometri distanţă. Astăzi, tehnologia de supraveghere a ajuns mult mai departe.

Noul avion fără pilot proiectat de concernul american Lockheed Martin, denumit SR-72 şi supranumit „Son of Blackbird" (Fiul Mierlei), va folosi un sistem hibrid de navigaţie pentru a străbate un continent întreg în doar o oră şi va fi realizat din materiale compozite, folosite şi la fabricarea rachetelor spaţiale. Pentru a vă face o idee despre performanţele uluitoare ale aparatului, aflaţi că el poate fotografia imagini ale unor obiecte de dimensiunea unor valize, aflate la sol, de la o altitudine de trei ori mai mare decât a muntelui Everest!

Închis ermetic, pentru a nu permite scăpările accidentale de aer, avionul va rezista la diferenţe de temperatură de până la 1000 grade Celsius. Pentru a se apăra de eventualii intruşi, avionul va fi înarmat cu rachete capabile să lovească ţinte de la o altitudine de 24 km, în stratosferă.

Pe lângă fotografii, avionul e capabil să detecteze semnale de telefonie mobilă pentru a găsi rapid locaţia unei anumite persoane. Echipat cu o aşa-numită „cutie murdară", aparatul imită comportamentul unui turn de telecomunicaţii, păcălind telefoanele mobile să trimită derularea convorbirilor către un dispozitiv de înregistrare, astfel că SR-72 poate permite ascultarea în timp real a oricărui dialog telefonic de pe planetă!

„Cutia murdară" poate scana mii de telefoane până să ajungă la aparatul dorit. Odată ce suspectul a fost localizat pe glob (cu o precizie de 3 metri şi chiar şi în interiorul unei clădiri!) dispozitivul renunţă la urmărirea celorlalte telefoane şi se concentrează pe colectarea informaţiilor de la acesta.

„Medicament" pentru memorie

Străvechea zicală „îmbătrânesc şi tot învăţ" ar putea avea o utilitate nebănuită pentru oamenii în vârstă. Astfel, savanţii au demonstrat că învăţarea unei limbi străine la o etate respectabilă face adevărate minuni în privinţa păstrării unei minţi agere şi a unei memorii bune. Studiul care relevă acest lucru s-a derulat la Universitatea Edinburgh.

Aici, o echipă condusă de prof. Antonella Sorace a cerut unui grup de vârstnici, femei şi bărbaţi, să înceapă să înveţe vechiul dialect gaelic, vorbit cândva de locuitorii Scoţiei. După doar două săptămâni,

absolut toţi participanţii la studiu au obţinut, la testele de atenţie, memorie şi concentrare, rezultate net superioare unui grup martor compus din bătrâni care nu studiaseră deloc dialectul gaelic.

„Chiar şi dacă ai ajuns la 70 de ani, creierul e avid de cunoştinţe şi poate fi stimulat, prin asemenea exerciţii de memorizare. Îmbunătăţirile observate la vârstnicii care au studiat dialectul gaelic cinci ore pe zi, în fiecare zi, sunt semnificative", a precizat Sorace. Cercetări similare, desfăşurate în Germania şi Statele Unite, au sugerat că bilingvismul – învăţarea unei alte limbi decât cea maternă – poate întârzia instalarea demenţei senile cu cel puţin cinci ani, deoarece efortul de „compartimentare" a limbilor diferite şi de întrepătrundere a lor menţine creierul sănătos pentru mai mult timp.

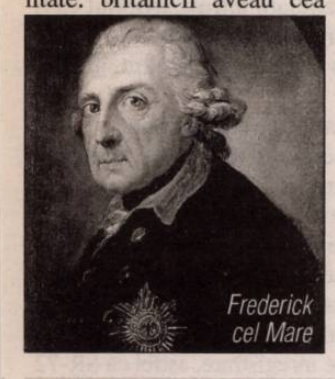
Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

RĂZBOIUL MONDIAL din secolul al XVIII-lea

După îngrozitorul Război de Treizeci de ani (secolul XVII), dominat de marea rivalitate dintre Regatul Francez şi dinastia de Habsburg şi finalizat cu victoria coaliţiei antihabsburgică, Războiul de Şapte ani din secolul XVIII a fost cel care a cuprins o sferă uriaşă de teritorii şi naţiuni. Au participat toate marile puteri europene şi luptele s-au dat în Europa, America de Nord, America Centrală, vestul Africii, India şi Filipine. Încă de atunci se putea constata creşterea puterii Prusiei.

Două mari coaliţii

Un detaliu istoric „apetisant" pentru războaiele din acele vremuri se afla în Franţa, unde la iniţiativa regelui Franţei, Ludovic al XV-lea s-a creat un sistem de spionaj şi diplomaţie numit „Secretul regelui". Conflictul dintre Franţa şi Marea Britanie a izbucnit în 1754-1756, când britanicii au atacat teritorii franceze din America de Nord. Numai că Franţa, prin „informatorii străini", aflase că Prusia lui Frederick al II-lea cel Mare (idolul lui Hitler) îşi consolidează puterea militară foarte mult. Cu profundă îngrijorare, Ludovic al XV-lea trebuia să recunoască cruda realitate: britanicii aveau cea mai eficientă flotă, iar prusacii aveau cea mai puternică forţă terestră. Şi expansiunea militară a Prusiei obliga Franţa la reacţie.


Frederick cel Mare

În condiţiile date, s-au configurat două mari coaliţii: Franţa conducea un mare grup format din Sfântul Imperiu Roman, Saxonia, Bavaria, Austria, Rusia (până în 1762), Spania (din 1762), Suedia (până în 1762) şi chiar Imperiul Mogul. De cealaltă parte, inamicul „ancestral" Marea Britanie, avea de partea sa Prusia, Portugalia, Hanovra, Hesse-Kassel şi Schaumburg – Lippe (mici principate germane). Cea mai importantă perioadă a marelui conflict a fost cea dintre 1756-1763. Din cauza schimbărilor de strategie, în cursul Războiului de Şapte ani unii combatanţi au trecut în tabăra adversă. Cea mai semnificativă a fost modificarea orientării Rusiei, din cauza morţii împărătesei Elizabeta I şi venirii la putere a ţarului Petru al III-lea.

În Europa, lucrurile s-au precipitat după ce Prusia a zdrobit Austria şi a acaparat bogata provincie Silezia, de acolo dorind „să pună mâna" şi pe altă provincie excelentă, Boemia. Francezii nu puteau tolera poftele lui Frederick cel Mare în Europa, nici pe cele ale britanicilor în SUA. Pe de altă parte, regele Marii Britanii, George al III-lea, nu putea sta cu mâna în sân atunci când principatul Saxonia era în primejdie, el însuşi aparţinând Casei regale Hanover. Britanicii n-au uitat nici de coloniile franţuzeşti din Africa de Vest şi au capturat teritorii din ceea ce astăzi sunt Senegal şi Gambia... Aceste atacuri directe la posesiunile concurenţilor întru comerţ şi exploatare de bogăţii naturale au condus la schimbări teritoriale importante la finele războiului.

Patru tratate de pace

La finele Războiului de Şapte ani s-au încheiat tratatele: Sankt Petersburg şi Hamburg (1762) şi Paris şi Hubertusburg (Saxonia) în 1763. În Europa, s-a constatat „Status quo ante bellum", dar în colonii au fost modificări substanţiale. Franţa pierdea în favoarea Marii Britanii zone mari din SUA, Insula Grenada, şi o zonă din India. Louisiana trecea sub controlul Spaniei, iar în Caraibe, Franţa pierdea o serie de insule. Coaliţia britanico-prusacă învinsese pe toate fronturile.

Fotodocument

Prima coliziune avion-clădire

În dimineaţa zilei de 28 iulie 1945, un bombardier B-25 Michell pilotat de Wiliam F. Smith Jr. efectua un zbor de rutină spre aeroportul Newark. A anunţat turnul de control că vizibilitatea este zero. Apoi a intrat în zgârie-nori-ul Empire State Building (foto), 102 etaje, 381 metri înălţime, între etajele 78 şi 80, făcând o cavitate de 5,5 metri. Paisprezece oameni au murit. La 20 mai 1946, tot un avion militar american a intrat în clădirea băncii de pe Wall Street, la etajul 58. Tot ceaţa a fost de vină. Doar pilotul a murit.

Istorii oculte – diluviile lumii

Nelipsit din mitologiile popoarelor antice (şi din istoriile oculte), potopul sau ecourile despre acest fenomen legat de inundarea totală sau parţială a unor vaste teritorii din voinţa zeilor, în „scop purificator", are numeroase localizări pe întreaga planetă.

Însă dovezile despre producerea unor diluvii sunt restrânse şi nu întotdeauna convingătoare. Problemele legate de datarea urmelor unor construcţii, mai ales dacă acestea au fost descoperite în mediul acvatic, împiedică tragerea unor concluzii ferme. Două noi repere ale unor diluvii au fost scoase în evidenţă – în zone extrem de diferite ale planetei, pornindu-se doar de la vechi tradiţii orale.

Templul de la Mahabalipuram

O legendă străveche a locuitorilor din sudul Indiei (regiunea Tamil Nadu) spune că în apropierea coastelor oceanului fuseseră construite şapte mari edificii de cult dedicate tot atâtor zei. În jurul fiecărui templu se dezvoltase o civilizaţie înfloritoare. Dar, cu timpul, prosperitatea băştinaşilor stârnise invidia divinităţilor respective. Dorind să se răzbune pe îndrăzneala oamenilor, aceştia au generat un potop care a şters de pe suprafaţa pământului şase temple, lăsând numai unul să amintească vitorimii de acea civilizaţie sfidătoare.

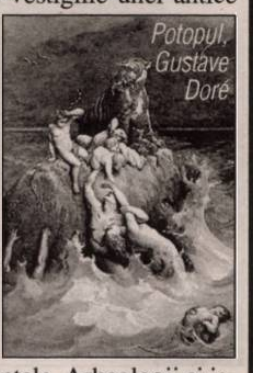
Acel templu este chiar cel de la Mahabalipuram, ridicat (probabil) acum 1200-1500 de ani şi care a fost conservat foarte bine. Iar cercetătorii de la Institutul Naţional de Oceanografie al Indiei au descoperit în largul ţărmului urme ale unor străvechi megapolisuri: fundaţii, resturi de stâlpi de susţinere etc., toate executate din granit. Au acestea vreo legătură directă cu legenda celor şapte temple?

Templul Mahabalipuram

Specialiştii, precauţi în afirmaţii, nu exclud veridicitatea esenţei mitului unui potop localizat aici, însă, deocamdată, existenţa ruinelor celorlate şapte temple este îndoielnică. Totodată, există şi o „dovadă indirectă" a posibilităţii desfăşurării unui diluviu în zona Mahabalipuram; scrierile sacre indiene din ciclul „Vedelor" (elaborate la mijlocul mileniului II î.Ch.) nu amintesc despre nici un potop. În consecinţă, legenda cu pricina trebuie să fi avut o sursă de inspiraţie reală după data elaborării acelor texte mitologice şi religioase, adică un devastator fenomen natural produs acum 2500-2000 de ani.

Ruinele de la Cabo de San Antonio

În largul coastelor Cubei, în dreptul localităţii Cabo de San Antonio, au fost descoperite vestigiile unei antice civilizaţii amerindiene necunoscute (prin imagini satelitare). Cercetările subacvatice au evidenţiat existenţa unor mari fragmente de rocă prelucrată, posibile rămăşiţe ale unor construcţii monumentale. Arheologii şi istoricii nu puteau asocia niciunei civilizaţii străvechi aceste urme. Dar lucrurile au început să se limpezească atunci când, de curând, etnologii specializaţi în cultura popoarelor amerindiene au făcut legătura între acele ruine şi vechea legendă a unei subramuri a mayaşilor, şi anume yucateos.


Potopul, Gustave Doré

Aceşti yucateos transmit din generaţie în generaţie povestea unei insule peste care „zeii albi" (?) au năpustit un potop devastator. Din timpuri imemoriale, palatele din acea insulă caraibeană stau ascunse sub ape şi „nimeni nu are voie să atingă acel pământ blestemat".

Astăzi în istorie

17 martie 1473

S-a născut James al IV-lea al Scoţiei

Aparţinând Casei dinastice Stewart, regele James al IV-lea al Scoţiei s-a născut la 17 martie 1473, în Stirling Castle (unul dintre cele mai impozante castele ale Scoţiei). A fost fiul lui James al III-lea şi al Margaretei de Danemarca. Fiind primul fiu supravieţuitor, el a devenit automat moştenitorul tronului şi Duce de Rothesay.

Adolescenţa lui James a fost una furtunoasă, întrucât tatăl său a dorit să negocieze o căsătorie politică a lui James cu prinţesa Cecily a Angliei. Iniţiativa a generat o mare rebeliune condusă de unchii regelui, ducii Alexander şi Richard. Însă James al III-lea devenea din ce în ce mai mai disprețuit de scoţieni şi s-a declanşat o a doua rebeliune, pe când James avea 15 ani. De data aceasta, tatăl său a fost ucis în Bătălia de la Sauchieburn (1488). Imediat, tronul i-a fost oferit lui James al IV-lea, care a fost încoronat în acelaşi an, la Scone. În acelaşi timp, James al IV-lea a făcut un gest uluitor, în memoria tatălui său. Conştient că avea o parte din vina morţii sale, el a decis să facă penitenţă, purtând la brâu un lanţ greu de fier, în toate perioadele posturilor. Deşi a acces la tron adolescent, James al IV-lea a dat dovadă de înţelepciune şi tact în relaţiile cu adversarii săi (nu puţini). Din cauza încordării relaţiilor cu Anglia, James al IV-lea a susţinut un asediu asupra Norham Castle (Anglia), folosind o armă nouă a Evului Mediu, lombarda (tun de calibru mare). Dar şi-a dat seama că o pace cu vecinii era mai convenabilă pentru dezvoltarea militară a ţării. A înzestrat flota cu noi corăbii puternice, cea mai vestită fiind „Great Michael", de 1000 de tone şi 73 metri lungime.

James al IV-lea este considerat un „prinţ al Renaşterii", căci a fost un ocrotitor al artelor şi literaturii. Fiind de confesiune romano-catolică, James s-a alăturat Franţei în războiul cu Anglia – colaborând cu Ludovic al XII-lea împotriva lui Henry al VIII-lea. Însă la dezastruoasa Bătălie de la Flodden (nordul Angliei), James al IV-lea îşi pierde viaţa în 1513. O legendă spune că el ar fi supravieţuit, dar nu există dovezi.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Speculând pe marginea IPOTEZEI EXTRATERESTRE

Uneori, discuţiile dintre ufologi, deşi poate ceva mai tehnice, pot fi interesante pentru marele public, luminând unele zone ale domeniului care, în conştiinţa colectivă, au fost năpădite de prejudecăţi. Aş prezenta, ca un exemplu în acest sens, opiniile ufologului belgian Andre Skondras, rezumând o scrisoare a sa trimisă unor confraţi în august 2015.

După ce explică faptul că, în cei 25 de ani de când e implicat, ca un observator apropiat, dar independent al fenomenului OZN, recunoaşte că a rămas mai degrabă partizanul variantei clasice, şi anume că e vorba despre nave materiale având origine extraterestră. El este convins, în acest sens, că răspunsul privind originea OZN-urilor „ar putea fi sub nasul nostru", dar „unii oameni au tendinţa de a supercomplica problemele". El spune că cei ce resping ipoteza originii extraterestre a OZN-urilor rămân robii unei mentalităţi tehnologice înguste şi înapoiate, care îi împinge spre „explicaţii exotice alternative", fără să-şi dea seama că şi dintre ele unele ar putea fi atribuite, prea bine, ipotezei extraterestre. Skondras este de părere că această ipoteză este cea mai simplă şi cei care gândesc altfel ar face bine să se uite la dovezile de bună calitate existente, chiar dacă acestea par, la prima vedere „anecdotice", întrucât nu se poate accepta că absolut toţi martorii unor evenimente OZN greşesc, delirează sau se ţin de farse.

Explicaţii exotice?

Faptul că, de pildă, OZN-urile se pot, aparent, „materializa" sau „dematerializa" într-o clipă nu înseamnă în mod automat că acestea nu pot fi obiecte fizice solide din alt loc îndepărtat din Univers. Skondras crede că e vorba mai degrabă despre o fizică aplicată extrem de avansată, care depăşeşte cu mult înţelegerea umană de astăzi. În ceea ce priveşte trecerea în alte dimensiuni sau alte concepte exotice, acestea ar putea fi, de asemenea, realizate prin mijloace tehnologice, ca modalităţi pentru a traversa distanţe mari. Civilizaţiile foarte avansate îşi vor fi dat seama, fără îndoială, cum pot să scurteze imensele distanţe cosmice.

„Ciudăţenia" fenomenelor observate ar putea fi, crede Skondras, un indicator valid puternic pentru ipoteza extraterestră, indiferent de unde ar veni „ei", tocmai deoarece unii au argumentat că un comportament nepământean trebuie să fie foarte diferit de comportamentul uman. Fenomenele observate au afişat şi au făcut lucruri care sunt ciudate şi de neînţeles pentru noi, dar probabil foarte normale pentru „ei". Cei mai mulţi sunt de acord că avem de-a face cu un fenomen fizic şi tehnologic necunoscut, venit „de altundeva", excluzând astfel o origine tehnologică umană, pământeană. Dar, în spatele acestui fenomen fizic şi tehnologic necunoscut, trebuie să se afle „cineva", care să-l fi produs. Şi s-ar putea întâmpla foarte bine ca deplasările prin spaţiu ale unei civilizatii foarte avansate să se desfăşoare în moduri pe care noi nu le putem concepe încă.

Skondras se declară de acord cu concluzia profesorului James E. McDonald (1920-1971), fizician al atmosferei de la Universitatea din Tucson, Arizona, care în 1968 afirma, între altele, în faţa Congresului SUA: „Pe baza dovezilor pe care le-am examinat, ca şi pe baza evaluării ipotezelor alternative pe care le-am identificat, consider acum ipoteza 7 (dispozitive extraterestre de tip supraveghere) ca fiind cea mai probabilă pentru a se dovedi corectă. Instinctele mele ştiinţifice m-au dus la această predicţie doar până la a-mi sugera că în cazul în care OZN-urile nu-şi au originea în afara lumii fizice sau universului nostru, atunci bănuiesc că ele se vor dovedi a fi ceva mult mai bizar, ceva de un interes ştiinţific poate chiar mai mare decât dispozitivele extraterestre".

Pentru a exemplifica la ce anume se referă, Skondras a schimbat planul discuţiei, citând o masă rotundă moderată de Greg Bishop, care a avut loc în august 2015, la postul *Radiomisterioso* şi la care au fost invitaţi cunoscuţii ufologi: Nick Redfern, Peter Robbins şi Richard Dolan. Discuţia a început cu ideea că „nu există nicio îndoială că, mai mult decât oricând, studiul OZN-urilor şi al fenomenelor legate de acestea are nevoie de schimbări fundamentale". Participanţii au fost întrebaţi ce cred, ce forme ar putea avea aceste schimbări.

În primul rând – s-a răspuns – cercetarea din domeniu a fost adesea viciată de ego-ul unor ufologi, care doresc uneori să fie primii care dau pe media informaţii senzaţionale. În felul acesta ajung în faţa marelui public cazuri insuficient verificate, dintre care multe sunt ulterior contrazise de fapte, aducând deservicii investigării întregului fenomen OZN.

În acest domeniu ar trebui, la modul ideal, aplicate metodele academice, utilizate de ştiinţă. Dar acest obiectiv este imposibil de atins. Nu poţi efectua asupra unui OZN, văzut în fugă, procedurile folosite într-un laborator. Nu poţi supune raportul unei întâlniri OZN examinării unor persoane independente, aşa cum se procedează în ştiinţă. De altfel, nu există nici standarde în acest scop, ca să nu mai vorbim că mulţi nu acceptă nici măcar existenţa fenomenului OZN. Singurul ghid în acest domeniu este conştiinţa: cea a martorului şi cea a investigatorului.

O altă problemă evocată a fost faptul că, pentru marele public, OZN este acelaşi lucru cu vehicul extraterestru (eventual cu omuleţi verzi). Se pierde astfel din vedere că de fapt fenomenul este (aşa cum spune şi numele) „neidentificat". Adică realmente nu ştim ce anume este. Ipoteza originii extraterestre este una dintre multele teorii, dar nu este răspunsul ultim, chiar dacă el apare mereu în centrul atenţiei. Richard Dolan a subliniat că nicio teorie existentă la ora actuală nu poate explica toate fenomenele observate. S-a spus că şi alte teorii (cum ar fi cele care încorporează abordări interdimensionale şi psihologice), ar trebui să obţină mai multă atenţie.

Puncte de vedere alternative

Nick Redfern era de părere că la conferinţele de profil ar fi bine să fie prezentate mai multe puncte de vedere alternative, cum ar fi nişte studii asupra unor „întâlniri" cauzate de droguri psihedelice şi pe alte căi oculte. El a menţionat, de asemenea, că ar trebui studiate mai atent ciudatele coincidenţe şi sincronicităţi, despre care vorbesc aproape toţi cercetătorii. Cultura materialistă din care provenim nu încurajează astfel de abordări.

O particularitate a fenomenului este că, în diferite epoci, oamenii văd ceea ce ei se aşteaptă să vadă (zâne, îngeri, reptilieni ş.a.m.d.), ca şi când ar exista un fel de sistem de control al fenomenului, care se autoreglează.

Skondras revine apoi la problema sicronicităţilor şi a coincidenţelor. El afirma că dacă se gândea la o persoană cunoscută, oriunde s-ar fi aflat aceasta, sau dacă citea o carte sau un articol al cuiva cunoscut, la scurt timp primea un mesaj de la persoana în cauză, fenomenul fiind mult mai frecvent decât ar fi prin simple coincidenţe. I s-a întâmplat, de pildă, nu o dată, cu Stanton Friedman, dar şi cu mai mulţi alţii, pe care-i numeşte.

Ufologul belgian mai aminteşte şi de o altă experienţă ciudată. Cu mulţi ani în urmă, când era mult mai tânăr, s-a aşezat la masa de seară, aşteptând să-i fie servită cina. La început, totul părea normal, dar la scurt timp după aceea, atunci când a apucat furculiţa sau lingura a observat spre uimirea sa că aceasta era complet îndoită. Nu i s-a mai întâmplat aşa ceva, nici înainte nici după aceea. El nu apucase să se atingă înainte de lingura sau furculiţa lui. Până în ziua de azi se tot întreabă dacă lingura sau furculiţa o fi fost deja îndoită când s-a aşezat. Cu toate acestea, el ştia că toate lingurile sau furculiţele din casă erau întotdeauna drepte, pentru că, dacă mama lui ar fi văzut ceva în neregulă, nu ar fi pus tacâmul pe masă. Pe scurt, în casă nu existau linguri sau furculiţe îndoite atât de ciudat. S-a întrebat deci: a făcut el ceva? S-a îndoit tacâmul de la sine? Skondras spune că a avut mai multe astfel de experienţe ciudate în viaţa sa, probabil la fel ca mulţi alţi oameni. Dar, aşa cum se întâmplă de cele mai multe ori, viaţa de zi cu zi merge mai departe şi aceste incidente sunt repede uitate.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Petreceri cu fantome

Dacă ne raportăm la caracterul lor insolit, putem aprecia că nu sunt chiar puţine cazurile în care se vorbeşte despre apariţii neaşteptate (şi mai ales nedorite) de fantome, în împrejurări dintre cele mai diferite. Am spus „neaşteptate" fiindcă se ştie că există şi asemenea spirite chemate dintr-o lume paralelă de către persoane care se spune că au calităţi extrasenzoriale aparte. Iată două asemenea întâmplări relatate recent, ce provin din spaţii culturale destul de diferite!

O noapte la castel

Am mai scris despre evenimente bizare, care arată că Ţara Galilor nu duce lipsă de apariţiile ce au făcut celebru arhipelagul britanic. De data aceasta e vorba însă despre un fel de oaspete spectral care s-a „autoinvitat", într-un fel, la o manifestare publică, o petrecere de caritate organizată la castelul Rhinafa de o anume Victoria Beech, în onoarea membrilor Fundaţiei „Blind Veterans UK", încheiată cu un succes incontestabil, potrivit amfitrionilor. Dar nu numai cu succes!

Pentru a imortaliza cele mai plăcute momente ale întâlnirii, fotografa Suzanne Evanson a prins câteva instantanee în interior, care, iniţial, au surprins-o în mod plăcut. Apoi însă, câteva zile mai târziu, pe una dintre imagini a observat un detaliu terifiant. Printre invitaţii îmbrăcaţi pentru serată se afla şi o siluetă misterioasă, în mod evident de consistenţă vaporoasă, ca o ceaţă alburie, apărută parcă de nicăieri şi care părea că observă cu atenţie invitaţii. Suzanne a luat legătura cu mai mulţi internauţi, cărora le-a mărturisit: „Atunci când am luat imaginile, nu am observat ceea ce tocmai fotografiasem. Abia când am vrut să selectez câteva pentru următoarea noastră acţiune am descoperit spiritul." Delyth Roberts, directorul stabilimentului a afirmat însă că nu e prima dată când s-au semnalat fenomene paranormale în castel: zgomote ciudate, senzaţia unor prezenţe nevăzute. Să fie vorba despre o fantomă ceva mai... petrecăreaţă?

„Nostalgia" unui păhărel cu vodcă

Cam în aceeaşi perioadă, la un bar din Moscova s-a semnalat o vizită oarecum similară, de tip poltergeist, filmată în timp ce localul era închis. Se ştie că ruşii nu prea au apetenţă pentru experienţe horror, însă pe camera de supraveghere instalată la bar se poate vedea ceva comparabil cu o activitate paranormală. Mai întâi, o perdea şi un scaun se mişcă singure, apoi o narghilea parcurge o bună parte din suprafaţa unei mese, înainte să cadă alături.

Poltergeist? Încercare de a-i păcăli pe naivi şi de a-i băga în sperieţi pe cei săraci cu duhul? Înspăimântat de straniul film, unul dintre angajaţii localului ar fi declarat că i s-a mai întâmplat să audă uneori zgomote care l-au înfricoşat, iar alteori luminile interioare s-au aprins şi s-au stins singure, deşi nimeni altcineva nu se afla în preajmă. Drept urmare, patronii barului au apelat într-un final la o echipă de „vânători de fantome", aceştia semnalând un puternic câmp magnetic, ceea ce ar însemna prezenţa unei fantome! Mult mai reticenţi însă, reprezentanţii poliţiei s-au referit la un fel de glumă sinistră, potrivit lor înregistrarea video fiind un montaj „realizat bucată cu bucată, care nu are nimic real în el". Ori – cine ştie? – poate vreun pasionat de vodculiţă o fi venit de „dincolo" să vadă ce mai beau muritorii de rând!

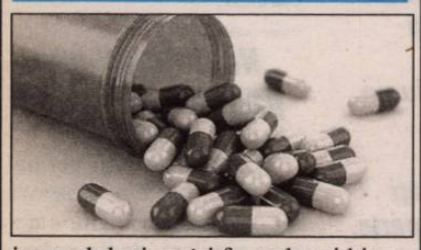
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de ştiut

Dacă este vorba despre antibiotice răspunsul este simplu, intervalul orar fiind cel stabilit de medic (4, 6 sau 8 ore). În altă ordine de idei, dacă ne referim la celelalte medicamente, cercetătorii au stabilit că într-o măsură destul de mare eficienţa acestora depinde de ora la care au fost luate. Fără echivoc, specialiştii afirmă că există un orar precis pe care dacă îl respectăm, remediile şi tratamentele au efect maxim.

Astfel, între orele 6 şi 7 ar fi bine să se aplice tratamentele împotriva reumatismului şi artrozei. Între 8 şi 9 puteţi beneficia de randamentul maxim al tratamentelor de fortificare al inimii şi circulaţiei sangvine. De la 9 la 11 este bine să luaţi vitamine, pentru că în acest

La ce oră vă luaţi tratamentul?



interval de timp îşi fac cel mai bine efectul. Acum dau randament maxim şi tratamentele pentru întărirea sistemului imunitar. Orele 14-15 sunt cele mai potrivite pentru aplicarea metodelor de activare şi susţinere a activităţii cerebrale. În schimb, între orele 15-17 este recomandabil să faceţi sport pentru consolidarea încheieturilor şi al muşchilor sau pentru slăbit. Intervalul de timp cuprins între orele 17-19 este indicat în tratamentele pentru stomac şi intestine. Orele 19-20 sunt ideale în aplicarea tratamentelor pentru boli nervoase, procese inflamatorii şi infecţii. În fine, între orele 20-22 se pot trata eficient alergiile şi astmul.

Dincolo de aceste rezultate ale cercetărilor este foarte important să discutaţi aspectul privind luarea medicamentelor cu medicul care vi le prescrie.

Dr. VALERIU MANTA

Mereu în vogă

Clasicul alb rămâne în vogă chiar şi atunci când este vorba despre compleuri din dantelă sau topuri şi tricouri cu motive florale.

Imprimeurile cu flori sunt în continuare pe firmament, dar şi dungile (verticale) câştigă teren.

Pentru părinţi

5 „ŞIRETLICURI” pentru a motiva un adolescent

Nu mai e mult şi „bacul”, eterna problemă a... părinţilor, bate la uşă. Sfatul esenţial al psihologilor este acela de a nu crea o stare de presiune adolescentului, dar nici delăsarea nu trebuie tolerată. Echilibrul trebuie să primeze.

„Motivaţia nu le poate ajunge sub nas prin magie spune prof. Isabelle Pailleau referitor la reuşitele la examene. Trebuie definit un obiectiv clar şi precis: calificativ bun la simularea bacului sau, şi mai bine, elaborarea unui proiect personal. Aceasta le va permite să-şi imagineze deja desfăşurarea bacului şi să-şi fixeze să avanseze prin etape succesive.”

La rândul său, prof. Audret Akoun consideră că pentru a avea o viziune largă asupra competenţelor adolescentului nu trebuie să vă cantonaţi doar la rezultatele sale şcolare, ci să evaluaţi şi aptitudinile sale artistice, sportive.

Recunoaşterea acestora îi poate ajuta să-şi identifice atuurile şi să le transfere în activitatea şcolară.

Încetaţi să-l întrebaţi non-stop despre stadiul pregătirii examenului. Vorbiţi cu adolescentul despre alte lucruri, pregătiţi-i mâncărurile preferate, spuneţi-i că aveţi încredere în el şi învăţaţi-l să se destindă. Uitaţi rolul de „antrenor”, dar rămâneţi tot timpul disponibil.

„Părinţii trebuie să-şi asume rolul lor de adulţi şi de ghizi, fără să devină acaparatori, spune psihopedagogul Brigitte Prot. Aceasta presupune să fiţi liniştitor şi atent la frica adolescentului”.

Incitaţi adolescentul să înveţe în grup. „Duşmanul nr. 1 este solitudinea, previne Brigitte Prot. În loc să se învârtă asupra aceluiaşi capitol, adolescentul dumneavoastră, dacă ar învăţa cu prietenii, s-ar confrunta astfel cu alte metode de a învăţa şi ar putea profita de explicaţiile lor. Aceasta înseamnă timp câştigat şi crearea unei emulaţii. Poate fi mai judicios cu documentarea şi nu-l vor mai tenta nici telefonul, nici reţelele de socializare”.

Învăţaţi să nu-l mai comparaţi cu ceilalţi. „A-i spune că este sub media clasei este contraproductiv, estimează Brigitte Prot. Aceasta îl pune în situaţia de eşec. Singurul etalon care contează este evoluţia sa. Este primordial de a nu se cantona asupra notelor, ci a cerne punctele puternice şi pe cele slabe”.

Gastronomice

Dovlecei gratinaţi

2 dovlecei, 4 roşii, ulei de măsline, 150 g mozzarella, parmezan ras, cimbrişor, sare, piper.

Dovleceii se curăţă şi se taie felii de aproximativ 0,5 cm. Roşiile se taie şi ele felii la fel de groase. Se ung două vase ceramice mici cu ulei de măsline şi se aranjează în ele un strat de dovlecei, se sărează uşor şi se piperează, apoi se adaugă un strat de roşii, se sărează, se presară cimbrişor şi din nou un strat de dovlecei. Deasupra lor se pun felii de mozzarella şi se presară parmezan ras. Se dau la cuptor până se rumenesc frumos deasupra.

Chiftele de peşte

4 fileuri peşte alb, 2 ouă, o ceapă, 2 felii de pâine, 50 ml lapte, sare, piper, o legătură pătrunjel, 100 g făină, ulei.

Ceapa se toacă mărunt şi se călesţe la foc mic, în puţin ulei. Carnea de peşte, împreună cu felia de pâine înmuiată în lapte şi stoarsă se dau prin maşina de tocat carne până devin o pastă. Se adaugă ceapa, ouăle, verdeaţa, sare, piper şi se amestecă bine totul. Cu mâna udă se fac chifteluţe rotunde, se trec prin făină şi se pun la prăjit în ulei încins, până se rumenesc. Se scot pe şervete de hârtie pentru a se scurge bine de ulei.

Tocăniţă de ciuperci

1 kg ciuperci, 2 cepe, 1 pahar suc roşii, o legătură pătrunjel, 2 linguri făină, sare, piper, boia.

Se curăţă ciupercile, se spală bine, apoi se lasă să se scurgă şi se călesc în ulei. Se scot din ulei şi se pun deoparte. Se toacă mărunt ceapa şi se călesţe în două linguri de ulei, până devine sticloasă. Se adaugă ciupercile, sucul de roşii, sare, piper şi se completează cu o cană de apă. Se lasă să fiarbă bine. La urmă se face un răntaş din făină şi apă rece pe care îl punem peste sos, amestecând continuu să nu se prindă. Se mai dă într-un clocot, apoi se opreşte focul şi se presară pătrunjel verde tocat mărunt.

Plăcintă cu nuci

300 g făină, 100 g unt, 1 ou, 200 g zahăr, 100 ml lapte, 300 g nuci, vanilie, sare.

Se face un aluat din făină, lapte, ou, 30 g unt şi un praf de sare. Se frământă bine, apoi se lasă să se odihnească 20 de minute, acoperit. Se împarte în două. Se întinde o foaie, care se unge cu unt topit, se aşază în tavă. Peste aceasta se pune un strat egal de nucă pisată şi amestecată cu zahăr. Se întinde şi cealaltă foaie, care se aşază peste nucă, se stropeşte cu unt topit şi se dă la cuptor pentru aproximativ 30 de minute. Când se scoate, se porţionează sub formă de romburi şi se toarnă deasupra un sirop fierbinte din zahăr şi vanilie.

Dosarele frumuseţii

Arta machiajului

Un machiaj strident nu numai că nu reuşeşte să pună în valoare frumuseţea chipului, dar chiar ştirbeşte farmecul personal.

● Când suntem cu paleta de culori în faţă să nu comitem eroarea să credem că machiajul înseamnă doar aplicarea acestora pe chip. Regula esenţială de care trebuie să ţinem seama este armonizarea culorilor cu nuanţa tenului. Există şi alte câteva secrete pe care vi le vom dezvălui şi care vă pot ajuta să aveţi un machiaj perfect cu un efort minim.

● Când încărcaţi cu fard pleoapa, în special pe cea inferioară, ochii par mai mici decât în realitate. De altfel, în machiajul smokeyes, negrul intens se aplică pe pleoapa inferioară doar dacă aveţi ochii mari.

● Când aveţi ochii obosiţi, folosiţi pentru conturul pleoapei un contur alb sau bej sidefat. Culorile luminoase conferă un aspect odihnit. Tot referitor la conturul ochilor e bine să ştiţi că la aplicarea creionului nu trebuie să întindeţi pielea. Lăsaţi ochiul relaxat, privirea în jos, pleoapele pe jumătate închise şi din această poziţie aplicaţi creionul dermatograf sau tuşul uşor dinspre colţul intern spre coada ochiului.

● Pentru uniformizarea tenului nu trebuie să eliminaţi din machiaj fondul de ten. Acesta trebuie ales cu grijă în funcţie de nuanţa tenului. Dacă nuanţa sa nu este în acord perfect cu cea a pielii, diferenţa va crea o imagine foarte neplăcută. După aplicarea fondului de ten machiajul se definitivează cu o tuşă fină de pudră.

● Dacă mizaţi şi pe prospeţimea pe care o dă chipului fardul de obraz, nu ignoraţi nuanţa potrivită. Astfel, nuanţele roz şi piersică se potrivesc culorilor deschise, iar roşul şi movul pun în valoare tenurile închise. Aşadar, cu puţin exerciţiu puteţi realiza în fiecare zi un machiaj perfect.

Pagină realizată de **ECATERINA BĂTRÂNEANU**

Misterioşii „japonezi” din Hokkaido

Populaţia ainu, care trăieşte în majoritatea sa în nordul arhipelagului nipon, mai exact pe Insula Hokkaido, reprezintă şi astăzi una dintre marile enigme ale lumii. Este un ţinut aspru, nu doar din cauza reliefului muntos predominant, ci şi a influenţei climei siberiene, de unde, se spune, de altfel (dar fără argumente sută la sută veridice), că s-ar trage ainuşii.

Prinşi între expansionismul ţarist şi apoi sovietic, pe de o parte, şi cel japonez, pe de altă parte, aceşti oameni şi-au păstrat de-a lungul mileniilor caracteristici absolut miraculoase, tradiţiile străvechi fiind admirabil conservate, şi datorită evoluţiei lor pe un teritoriu insular ce include şi Kurilele, şi Sahalinul.

Oamenii veniţi din neştiut

La drept vorbind, ainuşii sunt doar cetăţeni japonezi, potrivit majorităţii antropologilor, dar istoria şi civilizaţia lor ar urca în timp până la cel puţin 9.000 de ani sub o identitate etnică totalmente diferită. Există chiar şi o teorie, destul de greu credibilă, a înrudirii dintre aceştia şi daci, printre argumentele aduse fiind şi cele referitoare la port (de la pletele şi barba abundentă a bărbaţilor, care la niponii din insulele sudice nu se întâlneşte, până la vestimentaţia extrem de pitorească, la elemente arhitectonice ori la venerarea ursului, din vremuri străvechi), însă misterul persistă. După cum persistă aproape incredibil rezistenţa lor în faţa încercărilor agresive de impunere a unor obiceiuri, credinţe religioase, chiar şi limba pe care să şi-o însuşească – toate acestea străine civilizaţiei lor. Iar aici putem să facem, totuşi referire şi la rezistenţa poporului român, cu tradiţii şi credinţe preromane certe, într-o „mare” de slavism, de grecisme şi turcisme şi aşa mai departe.

Spirite, magie, tatuaje...

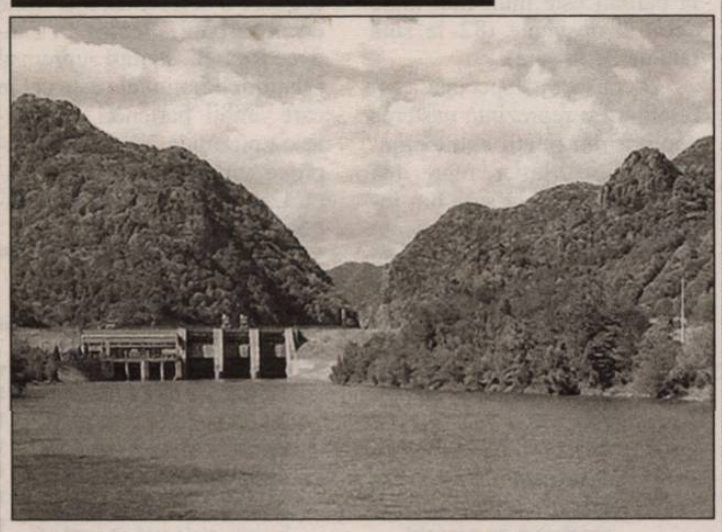
Foarte interesant, „ainu” se traduce printr-un substantiv care nouă nu ne e străin: „oameni”. Cultura acestei populaţii e bazată pe oralitate şi pe transmiterea prin poveşti şi cântece a legendelor, istoriilor eroice şi altor creaţii literare fundamentale. Religia lor fundamentală e animismul: aşadar, lumea e populată de spirite superioare (kamui) legate de fiecare specie animală şi vegetală, dar şi de manifestări ale naturii. De pildă, în afara Mamei Pământului sau a Zeiţei Apelor, Ursul „tată al tuturor urşilor” e stăpânul animalelor pădurii, iar Orca e stăpâna vietăţilor mării. Vulpea roşie, bufniţele ori somonii îşi au şi ele locul distinct în această cosmogonie, iar pentru a le împăca pe toate cu oamenii, ainuşii se folosesc de „inao”, toiege magice frumos decorate. În fine, vorbind despre împodobire, să mai specificăm faptul mai puţin obişnuit că bărbaţii ainu poartă cercei, în timp ce femeile au feţele bogat tatuate, dintre desenele respective distingându-se cel asemănător cu o mustaţă frumos răsucită! Încă o enigmă dificil de dezlegat...

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 de locuri de văzut în România

Călimăneşti

Cunoscută încă din vremea dacilor, care cunoşteau efectele terapeutice ale apelor termale din regiune, localitatea Călimăneşti îşi trage denumirea de la un cioban legendar, care s-ar fi vindecat de „metehnele trupului” după ce s-a scăldat într-un lac aflat pe „câmpul lui Căliman”. Primii care au remarcat, în epoca medievală, calităţile curative ale „izvoarelor de pucioasă” de la Călimăneşti au fost călugării schitului din zonă, care au construit o „bolniţă”, pentru folosul obştei; acest spital suigeneris era deja pomenit în hrisoave pe la 1386 şi legenda spune că însuşi domnitorul Mircea cel Bătrân ar fi venit aici să-şi trateze bolile de care suferea. Peste veacuri, la recomandarea medicului Carol Davila, un alt cap încoronat, Napoleon al III-lea, se va trata cu apă minerală adusă de la izvoarele sulfuroase din Călimăneşti.



Drumul până aici este uşor de parcurs, pe o şosea modernă, din orice parte ai veni – staţiunea e situată la 20 km nord de Râmnicu Vâlcea şi 80 km sud de Sibiu. Pe lângă vindecarea fizică, zona vă poate fi de folos şi pentru reculegere spirituală, aici aflându-se o veritabilă salbă de aşezăminte bisericeşti, de la mănăstirile Cozia, Stânişoara şi Turnu, la schiturile Ostrov şi Sf. Ioan. Nu trebuie neglijată nici frumuseţea arhitectonică a staţiunii, datorată mai ales superbelor vile în stil elveţian, sanatoriului şi cazinourilor construite la începutul secolului trecut.

La Călimăneşti, pe lângă apele cu proprietăţi miraculoase, veţi găsi şi o linişte de început de lume, iar drumeţiile pe care le puteţi face spre mănăstirile din zonă ori pe muntele Cozia vă vor oferi un binemeritat prilej de a vă încărca plămânii cu aerul curat, ozonat, al acestui colţ de rai din nordul Olteniei.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

Mănăstirea Nera

Înălţată în apropiere de comuna Sasca Montană din judeţul Caraş-Severin, Mănăstirea Nera, cu obşte de maici, are hramul Cuvioasa Parascheva.

A fost înfiinţată în 1994, prin strădania Dr. Pavel Chirilă, originar din Slatina-Nera, fost director al Asociaţiei Cristiana din Bucureşti.

Piatra de temelie a fost aşezată de către PS Emilian Birdas. Ansamblul actual cuprinde biserica, sfinţită în 1997, corpul de chilii, paraclisul de iarnă şi atelierele de pictură, sculptură şi muzică psaltică.

Biserica centrală este din lemn, construită în stil moldovenesc. Celelalte lucrări au demarat în 2003, vizându-se înălţarea a patru mari corpuri, care să închidă biserica într-un patrulater tip cetate.

În anul 2007 a fost pusă piatra de temelie a paraclisului de iarnă cu hramul Buna Vestire.

Biserica este o construcţie solidă din lemn, pe soclu de beton, în plan triconc, având lungimea de 20 metri, lăţimea de 7 metri şi 11 metri în zona absidelor. Pridvorul este închis, iar naosul, cu abside foarte largi, este mai spaţios decât pronaosul. Cele două încăperi se delimitează prin pereţi marginali din lemn, susţinuţi de stâlpi sculptaţi. Catapeteasma este de asemenea din lemn sculptat şi intrarea în pridvor se face printr-o uşă de stejar cu geamuri mate în registrul superior. Pereţii sunt perforaţi de ferestre dreptunghiulare şi deasupra naosului se înalţă turla poligonală. Aceasta are trei tronsoane: primul din grinzi de brad de formă patrulateră, iar celelalte din grinzi de gorun de formă octogonală. Este şi ea luminată de ferestre şi în vârful conic este montată o cruce.

Pardoseala bisericii este din duşumea de scândură iar acoperişul din şindrilă. Sculptura grinzilor a fost realizată de maeştri moldoveni conduşi de Ioan Năstase.

Printre odoarele mănăstirii se numără un veşmânt al Sfintei Parascheva primit în dar în anul 2001.

Biserica nu este pictată, dar este împodobită cu icoane mari de lemn şi nu are clopotniţă, clopotele fiind instalate în pod.

Mănăstirea este unică în ţară şi în Europa, ca singurul aşezământ cu slujire medicală. Ea are o obşte mare, una dintre cele mai mari din ţară, găzduind peste 40 de vieţuitoare. Aici se prepară o serie de produse naturiste: ceaiuri, tincturi, alimente.

Aşezământul este cât se poate de serios implicat în activităţi sociale, oferind ajutor celor suferinzi. De asemenea, are în vedere organizarea unui azil pentru bătrâni. Măicuţele se mai ocupă şi cu apicultura, grădinăritul şi culegerea plantelor medicinale. Majoritatea sunt asistente medicale sau absolvente de studii superioare, în special medicină, farmacie şi psihologie.

Laboratorul lor se numeşte „Sfinţii Doctori fără Arginţi” şi a fost înfiinţat în anul 2009, din dorinţa de a aduce cât mai aproape de oameni darurile aflate în plante.

Mănăstirea are şi o frumoasă bibliotecă, iar atelierele, bine organizate le ajută pe călugăriţe să promoveze prin artă tradiţiile şi valorile culturale din zonă.

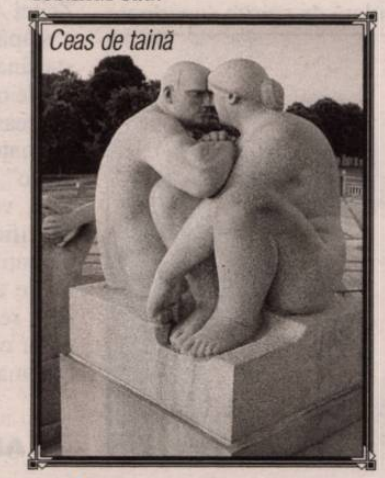
IRINA STOICA

Să îmbrăcăm statuile!

Într-o scenă memorabilă, fântâna publică a lui Spirache Necşulescu („Titanic vals" de Tudor Muşatescu) are un îngeraş care urinează, stârnind oroare printre doamne. Pudibonderia are însă exemple la scară reală şi în primul rând aş vrea să amintesc „Acţiunea frunza de smochin", pe care mai-marii Bisericii Romano-Catolice au desfăşurat-o împotriva sexului bărbătesc la vedere din Capela Sixtină. S-a întâmplat cu „Judecata de Apoi" a lui Michelangelo, însă lucrurile nu s-au oprit acolo.

În epoca victoriană a Regatului Unit (1837-1901), statuia lui David a fost „plastificată" când a fost expusă publicului. La catedrala din Gent (Belgia), clericii i-au îmbrăcat pe Adam şi Eva din celebra piesă de altar „Adoraţia Mielului lui Dumnezeu", de Jan van Eyck (într-o lucrare copiată, nu în original, care datează din 1432). În aceste circumstanţe, când organul sexual nu trebuie să ne „plesnească" privirea, este firesc să vorbim despre păţania suferită de sculpturile faimosului artist norvegian Gustav Vigeland.

Născut într-o familie modestă de meşteşugari, în anul 1869, Vigeland a dovedit de copil un talent excepţional la sculptat în lemn. A fost trimis la Oslo ca să se specializeze şi adolescentul s-a remarcat imediat. Modest, dar din ce în ce mai căutat de autorităţi (inclusiv de către cele eclesiastice), sculptorul profesionist norvegian se impune în ţara sa şi este trimis la studii în Franţa şi Italia. La Paris lucrează în atelierul lui Auguste Rodin, iar la Florenţa se familiarizează cu fenomenul Renaşterii şi temele ei principale: omul şi destinul său.


Ceas de taină

Anul 1902 îi aduce primul contract important, referitor la catedrala din Trondheim. Succesul a fost enorm şi Gustav Vigeland devine cel mai important sculptor norvegian. I se comandă chiar şi bustul lui Henrik Ibsen. Numai că pe măsură ce faima sa creştea, relaţiile cu autorităţile comunale din Oslo încep să aibă meandre birocratice. O fântână realizată de Vigeland este mutată (pe hârtie), în timp ce artistul îşi aştepta onorariul. O lovitură de graţie primeşte în 1921, în momentul când primarul decide transformarea în bibliotecă a casei părinteşti unde locuia sculptorul. Dar artistului nu i s-a oferit nimic la schimb. Acela a fost momentul de criză care a dus la iniţierea atât de celebrului parc de statui al lui Vigeland. Căci pentru o nouă locuinţă, acest geniu al Norvegiei s-a oferit să doneze toate statuile sale primăriei din Oslo. Aşa a fost cu putinţă apariţia expoziţiei în aer liber „Vigeland Park", pe o veche proprietate numită Frogner Park. Pare ciudat că într-o ţară cu vederi liberale precum Norvegia un artist poate avea un astfel de tratament. Vigeland a lucrat pentru împodobirea acestui parc cu numeroase statui din granit şi bronz, totalizând aproape 212 opere de artă. A fost un gest excepţional făcut de artist pentru ţara sa, rarisim în lume. Ei bine, tocmai acestui patriot i s-a întâmplat ceea ce a păţit şi Michelangelo. În urmă cu câţiva ani, într-o noapte, membrii unei asociaţii-fantomă au lipit bucăţi de plastic peste sexul tuturor statuilor. Apărătorii moralităţii publice au lăsat şi un bilet în care protestau împotriva programelor deocheate care se transmit la tv în Norvegia.

Mămica

Cuplu

Gestul pudibonzilor a devenit cunoscut în toată lumea. Gustav Vigeland a decedat în 1943, după ce muncise ca un sclav la înfrumuseţarea parcului ce-i

Zeiţa

poartă numele. După mai bine de o jumătate de secol, sculpturile sale au fost îmbrăcate, dar nimeni nu s-a gândit să ridice un monument dedicat... berzei.

Sculpturi gigantice

După modelul Muntelui Rushmore (cu busturile a patru preşedinţi americani, 18 metri înălţime), la Zhengzou au fost sculptaţi împăraţii Yan Di şi Huang Di (de la începuturile Imperiului Chinez). Înălţimea lor depăşeşte 106 metri, situându-se printre cele mai mari din lume.

ZIGZAG în timp şi spaţiu

Infidelitatea pe eşafod

Sociologi americani precum Frank Pittman şi Kristina Gordon au ajuns la concluzia că numai 27 la sută din cupluri sunt fericite în căsnicie (în SUA), având în acelaşi timp şi o relaţie extraconjugală (1.250 de interlocutori). Pe de altă parte, în 92 la sută dintre divorţuri, motivul principal este infidelitatea. În Anglia, „deraierea fidelităţii" este împărţită astfel: 55 la sută bărbaţii şi 45 la sută femeile. Mai nou, în cuplurile de homosexuali, infidelitatea la bărbaţi este mult mai mare decât la lesbiene (82 la sută faţă de 28 la sută).

O consecinţă specială a infidelităţii o reprezintă naşterea copiilor din relaţii extraconjugale. Aceste vlăstare reprezintă aproximativ 15 la sută din totalul copiilor. Un studiu recent arată că numai în Australia s-au făcut în 2008 peste 3000 de teste ADN pentru stabilirea paternităţii în cazul unor copii din flori.

Deşi nu toţi sociologii sunt de acord, ar fi interesant de amintit cele 5 categorii de infidelitate: 1. oportunistă 2. romantică 3. obligatorie 4. conflictual-romantică şi 5. comemorativă. Mai interesante psihologic ni se par cea „obligatorie" (bazată pe frica faţă de partenerul din extraconjugal, care ţi-ar putea da papucii) şi cea „comemorativă" (relaţii sexuale cu o nevastă pe care n-o mai iubeşti deloc). Cea mai dureroasă pare să fie cea „romantică", când un partener se îndrăgosteşte de mai multe persoane simultan, fără să poată fi capabilă să renunţe la vreuna decât cu o suferinţă psihică accentuată.

E ştiut faptul că bărbaţii se tem de infidelitatea sexuală, pe când femeile se încrâncenează faţă de infidelitatea afectivă (pe care o detectează mai lesne decât bărbaţii). Pentru dr. Candyce Russell, stadiul suprem al relaţiilor emoţionale este cel în care ambii parteneri construiesc „piramida încrederii reciproce", indestructibilă din afară. Uneori, acest lucru este imposibil.

Pagină realizată de
PAUL IOAN

„Măcelarul" intelectual

Dincolo de toate însuşirile odioase ale unui criminal în serie, Ted Bundy (1946-1989) a intrat în legendă prin faptul că a fost unul dintre foarte puţinii „măcelari" care poate fi încadrat fără dubii în categoria intelectualilor. Licenţiat în psihologie şi cu studii de drept (neterminate), acest bărbat chipeş şi foarte inteligent a avut de-a lungul vieţii sale libere (a fost arestat la 32 de ani şi executat prin scaun electric la 42 de ani) mai multe legături normale cu femei din generaţia sa (colege de facultate). Nimic nu dădea de bănuit că acest individ, supranumit „Animalul", a ucis cu sălbăticie peste 35 de femei, aproape toate având o fizionomie asemănătoare cu prima sa iubită, care l-a părăsit la 21 de ani. Singura explicaţie plauzibilă a dat-o el însuşi, în confesiunile făcute sporadic unor avocaţi şi jurnalişti, pe când îşi aştepta sfârşitul.

„Pornografia violentă" din diverse reviste a fost sursa principală de inspiraţie pentru modul de a abuza de victime. Agresivitatea criminală o considera înnăscută şi credea că destinul său nu ar fi putut fi altul. Căuta femei cu vârsta medie de 30 de ani, cu părul lins şi cărare pe mijloc. Le acosta prin mijloace actoriceşti foarte abile: se prefăcea că i-a venit rău, că este

infirm, poliţist sub acoperire etc. Afla adresele femeilor şi le ataca sălbatic în propriile case sau în apropiere. Le ciomăgea cu plăcere, le viola şi le sugruma. Bărbatul plăcut la vedere şi cu un vocabular elevat devenea un primitiv abominabil. Victimele le ascundea în zone montane şi multe dintre ele nu au fost descoperite niciodată. Rudele acestora n-au acceptat următorul târg: închisoare pe viaţă în loc de execuţie, dacă spune unde sunt îngropate unele dintre femeile ucise de el.

O curiozitate incredibilă este legată de acest animal: pe perioada detenţiei din statul Florida, i s-a acordat dreptul de a se căsători şi de a avea vizite conjugale. O femeie, Carole Ann Boonie, a acceptat să nască un copil de la condamnatul la moarte! Actualmente nu se mai ştie nimic despre ea, spre binele copilului. E bine ca acesta să nu afle niciodată că tatăl său obişnuia să păstreze în casă capetele victimelor şi ulterior să le ardă în şemineu sau să le arunce în pădure...

Prin Ted Bundy au trecut două mii de volţi timp de două minute. Sute de oameni au aclamat la auzul veştii că a fost declarat mort, dar el apucase să spună: „Nici nu ştiţi câţi Bundy mai sunt pe lume!"

Știați că...

◆ ...planeta Uranus are 27 de luni? Dintre acestea

cinci sunt mari, restul mult mai mici.

◆ ...creierul uman este mai activ noaptea, în timpul somnului, decât ziua? Cu cât activitatea sa este mai intensă, cu atât somnul este mai profund.

◆ ...cel mai înalt carusel cu lanțuri din lume se află la

Viena? Are o înălțime de 117 metri.

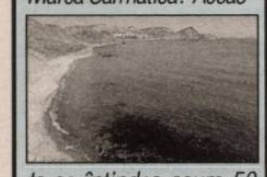
◆ ...una dintre cele mai amuzante legi britanice este aceea care interzice să intri în Parlament îmbrăcat în armură? Legea datează din 1313 și nu a fost abrogată.

◆ ...Grecia are aproximativ 3.000 de

insule? Dintre acestea sunt locuite în jur de 200.

◆ ...inima crevetilor are un plasament neobișnuit? Este localizată în cap.

◆ ...Marea Neagră este un rest din Marea Sarmatică? Aceas-



ta se întindea acum 50 de milioane de ani din centrul Asiei până în centrul Europei.

◆ ...pe planeta noastră sunt mai multe specii în apă decât pe uscat? Se pare că mai există încă și foarte multe de descoperit.

Știați că...

Biserica San Vitale

RAVENNA
orașul lui Dante

În zorii primului mileniu î.Hr., Ravenna era un mic sat al populației Umbria, locuitori ai unor case înălțate pe piloni. Micul sat a intrat în istorie datorită împăratului roman Octavian Augustus, care a construit aici portul Classis. Scopul acestuia era să adăpostească 150 de nave care urmau să păzească Marea Adriatică. În anul 402 d.Hr., datorită poziției sale la malul mării, Ravenna a devenit capitala Imperiului Roman de Apus, prin intervenția împăratului Honorius.

În anul 423 acesta moare și o armată venită din Bizanț o înscăunează aici pe sora împăratului, Galla Placidia, deși obligațiile oficiale reveneau fiului ei de numai 6 ani, Valentinian. Împărăteasa avea o personalitate puternică și prin aceasta a marcat începutul epocii de aur a Ravennei. Răpită de vizigoți, după ce aceștia au jefuit Roma, Galla Placidia își convertește dușmanii la creștinism, transformându-i în aliați.

Beatrice

Mausoleul închinat ei, o sinteză între simbolism și paleocreștinism prezintă prin mozaicurile sale un elogiu adus vieții veșnice. La fel de celebre, glorificând viața eternă și simbolizând, în egală măsură, apa care a făcut orașul să prospere, sunt mozaicurile din baptiseriul neonian, purtând numele episcopului Neon de la sfârșitul perioadei Gallei Placidia.

În anul 493 Ravenna a fost cucerită de Theodosie, adept al arianismului, care a ridicat baptiseriul Arians, devenit mausoleul său, și biserica Saint Apollinaire.

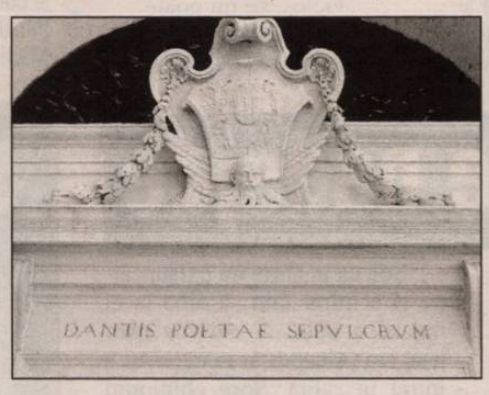
După războiul dintre goți și bizantini, orașul a intrat în atenția împăratului Justinian și a soției sale, împărăteasa Theodora, care au construit biserica San Vitale, acoperită de mozaicuri de o frumusețe copleșitoare.

Mormântul lui Dante

Toate aceste monumente senzaționale apar însă umbrite de personalitatea celui mai mare poet italian din toate timpurile, care și-a petrecut aici ultimii ani din viață. Durante degli Alighieri, cunoscut sub numele Dante, era la vremea respectivă un poet fără renume, gonit din propriul său oraș, Florența, în care se născuse în 1265. S-a căsătorit tânăr – unele surse spun 12 ani, altele 20 – cu fata aleasă de părinții lui, cu care a avut patru sau poate mai mulți copii. El a iubit-o însă toată viața pe Beatrice di Folco Portinari, cu un an mai tânără decât el, care a murit la 25 de ani.

A studiat gramatica, retorica, literatura și, după moartea femeii iubite, filozofia și teologia.

Intrând în viața politică a făcut parte din rândul guelfilor albi, susținători ai împăratului. Când facțiunea sa a pierdut lupta, Dante a fost acuzat de fraudă și de multe altele, a fost condamnat la plata unei amenzi uriașe și la un exil de doi ani. Refuzând să plătească amenda, a fost condamnat la exil pe viață, interzicându-i-se pentru totdeauna dreptul de a se mai întoarce în Florența.



DANTIS POETAE SEPVLCRVM

Pentru marele poet a început un lung șir de călătorii, în cele, din urmă stabilindu-se la Ravenna, la curtea unui nobil. Aici și-a desăvârșit opera capitală, Divina Comedia, pe care a terminat-o cu puțin înainte de a muri, în 1321, când a fost înmormântat în biserica San Pier Maggiore, astăzi San Francesco.

După ce Dante a devenit faimos, Florența și-a amintit de fiul rătăcitor și i-a revendicat rămășițele pământești. Cei din Ravenna, au refuzat categoric dar, după lungi negocieri, în 1519, i-au invitat pe florentini să-și ia poetul. Spre surprinderea tuturor, inclusiv a celor din Ravenna, mormântul a fost găsit gol și s-au făcut o serie de presupuneri, unele cât se poate de fanteziste, printre care și aceea că poetul și-a reînceput călătoriile.

După aproape trei secole, cu ocazia renovării bisericii, rămășițele pământești ale lui Dante au fost găsite alături de un document care le autentifica.

În timpul Celui de-al Doilea Război Mondial acestea au fost ascunse într-un cimitir din apropiere pentru a le proteja.

Mormântul se află pe Via Dante și este opera sculptorului-arhitect Pietro Lombardi. Acestuia îi aparține și basorelieful cu chipul poetului realizat în 1483. În 1780 mormântul a fost renovat fără a se modifica vechile ornamente și în 1921 a fost acoperit cu onix, la bază fiind plasată o coroană de flori din bronz și argint.

Biserica San Vitale (interior)

La Ravenna, în fiecare toamnă are loc un festival închinat marelui florentin, iar uleiul din candela de pe mormântul poetului este dăruit de orașul natal, care din 1824, în cimitirul Santa Croce păstrează un mormânt gol, în speranța că îl vor avea cândva aici pe Dante alături de Galilei, Michelangelo și Machiavelli.

Cazinou militar

Una dintre cele mai importante construcții militare din Timișoara era Cazinoul Militar, a cărui construcție a fost terminată în 1775.

În sala mare de festivități erau găzduite balurile ofițerilor și în 1924 aici a fost organizată Expoziția de trandafiri, prezentând pentru prima oară în țara noastră trandafirul negru și cel albastru.

Din 1990 găzduiește Muzeul și Cercul Militar.

Pagina realizată de
IRINA STOICA

Simboluri ale umanității

Dekla

Zeiță din mitologia letonă, Dekla patronează destinul, fiind una dintre cele mai îndrăgite divinități din mitologiile baltice. Avea un rol deosebit în debutul vieții umane. Ea supraveghea înfășarea pruncilor, somnul din leagăn și hotăra alegerea numelui. O vreme dispărea din viața oamenilor și reapărea alături de tinerele fete la vârsta măritișului, ea fiind cea care le alegea întotdeauna soții.

Tunsoare cu ghinon

Se ştie că femeile ţin mult la aspectul lor şi în acest scop dau pieptănăturii o atenţie deosebită. Multe dintre ele declară că pentru o coafură greşită sau nepotrivită sunt gata să „facă moarte de om". Desigur, expresia este o figură de stil, dar iată că o clientă din San Diego s-a gândit să o aplice la modul cel mai propriu cu putinţă.

Total nemulţumită de felul în care a fost tunsă, Adriane Blanche Swain, în vârstă de 29 de ani, a hotărât că cea care îi executase tunsoarea trebuie ucisă.

Reîntorcându-se la salonul respectiv după ce trecuse pe acasă ca să-şi ia pistolul, tânăra a intrat pe uşă, a scos arma, a îndreptat-o spre cea pe care o considera vinovată şi a apăsat de trei ori pe trăgaci. Din fericire ţinta n-a fost atinsă, iar patronul şi alte persoane de acolo au sărit asupra ei, imobilizând-o.

Poliţia a fost chemată de urgenţă şi oamenii legii au constatat că, din fericire, arma nu funcţiona cum trebuie şi de aceea coafeza a scăpat cu viaţă.

Clienta nemulţumită riscă o condamnare severă pentru tentativă de omor. *(I.S.)*

O jucărie – client de lux

Că în hotelurile, motelurile, pensiunile şi alte asemenea locuri – temporar de uz strict personalizat – se întâmplă tot felul de ciudăţenii nu e un secret pentru nimeni. Interesant este însă că pe tot acest „firmament" apar uneori cazuri ce ne lasă fără nicio replică. Ce aţi spune, de pildă, dacă aţi constata că hotelul în care tocmai v-aţi cazat are drept „client" privilegiat şi foloseşte drept mascotă o păpuşă? Mai exact, un fel de păpuşă de pluş ce aduce la chip cu un iepuraş!

La urma-urmei, totul a pornit de la o întâmplare banală. Micuţa Kate a petrecut, alături de părinţii săi, o noapte în hotelul irlandez Adare Manor, dar la plecare şi-a uitat acolo jucăria preferată. Sigur, nu a fost o catastrofă, dar angajaţii hotelului au creat un adevărat eveniment de suflet în jurul acestui incident. Ei au aşezat la un loc foarte vizibil simpaticul iepuraş de pluş, însoţit de povestea sa (în variantă tristă). Mă rog, era un fel de telenovelă ingenios întoarsă din condei, astfel că mai mulţi clienţi au făcut tot posibilul să-i redea jucăria fetiţei. Fără alte amănunte, vă prezentăm doar câteva dintre „plângerile" jucăriei uitate, care sigur au stors şi ceva lacrimi clienţilor mai sensibili.

◆ „Mi-am pierdut proprietara în timpul unui mic-dejun la Adare Manor." ◆ „În seara asta trebuie să rămân la Adare Manor, dar sper că stăpâna mea va veni mâine să mă caute." ◆ „Claire, recepţionera, mă ajută să-mi regăsesc familia, dar mă simt foarte bine la Adare Manor." ◆ „Încep să mă obişnuiesc, e ora ceaiului la Adare Manor!" sau „O mică plimbare cu Claire, ca să-mi mai dezmorţesc picioarele după ceai...", dar şi „Yupiii! Mi-am regăsit stăpânii şi mâine mă voi duce acasă să sărbătoresc. Dar voi mai veni la Adare Manor, unde toată lumea a fost atât de drăguţă cu mine!" şi „În sfârşit, din nou împreună! Am primit multe mângâieri din partea bunei mele stăpâne Kate, înainte să ne întoarcem acasă. Vacanţa a fost minunată, dar mi-a fost tare dor de stăpânii mei!" În fond, să recunoaştem: reclama e şi sufletul clienţilor, cel mai frecvent. *(A.N.P.)*

Motanul complotist

Un american în vârstă de 73 de ani a devenit victimă a unei maladii foarte rare şi bizare, care se numeşte „sindromul Capgras". Numele lui nu a fost făcut public, însă doi neurologi de la Harvard – Ryan Darby şi David Caplan – au fost atraşi de insolitul cazului, după ce septuagenarul a dezvoltat o tulburare particulară incredibilă. Cunoscut de altfel ca un consumator constant de băuturi alcoolice, afectat grav de traumatisme craniene suferite ca jucător de hochei, dar şi ca pacient cu tulburări bipolare, bărbatul s-a pricopsit şi cu o formă de paranoia rarisimă: el a devenit absolut convins că motanul său este de fapt... un impostor care complotează împotriva lui!

Cu şase ani înainte de depistarea problemei, el a încetat să mai urmeze tratamentul psihiatric prescris şi a dezvoltat rapid o paranoia acută. Îi dădea soţiei sale note, ca la şcoală, pentru treburile efectuate în gospodărie, afirma că locuinţa le este supravegheată şi credea că lucrătorii din parking sunt agenţi FBI. A devenit apoi obsedat de ideea că motanul familiei fusese înlocuit cu un motan „impostor" implicat într-o conspiraţie împotriva lui! De fapt, ştia că actualul pisoi seamănă fizic perfect cu „fostul", dar susţinea că „personalitatea şi psihicul" acestuia fuseseră schimbate.

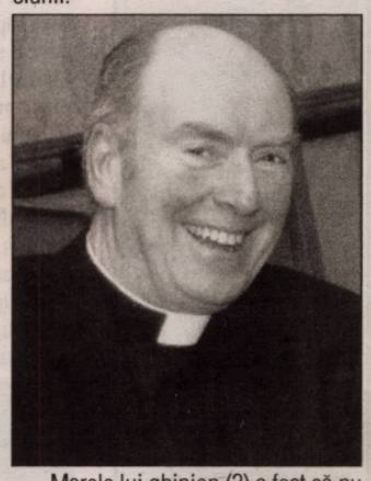
Amintiţii neurologi au menţionat că asemenea cazuri sunt cu-adevărat rarisime, însă dramatice, atât pentru pacient, cât şi pentru cei apropiaţi lui. „Sindromul Capgras" a fost analizat pentru prima dată în 1923 şi are în esenţă particularitatea principală că bolnavul îi percepe pe cei din jur sau chiar pe sine însuşi ca fiind cu totul altcineva (sau altceva) decât în realitate.

În final, ei au atras atenţia că, pe lângă abandonarea medicaţiei de către anumiţi cu psihicul afectat, agravarea cazurilor respective e cauzată şi de un mod de viaţă vicios, ce nu poate duce decât la dezastru. *(A.N.P.)*

Net-ul păcătosului adevăr grăieşte...

Scandalurile de pedofilie şi homosexualitate în care sunt amestecate aşa-numite „feţe bisericeşti" ies la iveală când nici cu gândul nu gândeşti şi în cele mai penibile şi mai de incriminat situaţii. Asta, probabil, fiindcă Ucigă-l-Crucea lucrează mai cu sârg taman acolo unde observă că e terenul uman mai slab. Iar când pătrunde şi în biserică, indiferent de ce confesiune ar fi locaşul sfânt, se zice că bucuria lui e necuprinsă. Aşa se va fi întâmplat şi în cazul stupefiant al unui reverend irlandez, care a generat – fără voia lui, se-nţelege – (încă) o furtună în sânul Bisericii Romano-Catolice din această ţară, după ce abia se depăşise un moment similar.

Situaţia, ilară în sine, dacă nu ar ascunde adevărate drame individuale şi colective, s-a derulat în public şi nu într-un mediu oarecare. Reverendul Martin McVeigh s-a gândit să facă o demonstraţie virtuală în faţa unui grup de copii şi părinţi, într-o şcoală primară din nordul ţării, pentru a le explica modul de funcţionare a confesiunii.



Marele lui ghinion (?) a fost că nu a nimerit USB-ul cel adecvat acţiunii, iar pe monitor au apărut imagini care nu aveau nici cel mai mic conţinut ecleziastic. Şi nu a fost vorba despre peisaje, poze cu animale ori instantanee din vreo piaţă publică, ci... imagini porno gay explicite! „Era vizibil foarte şocat şi nervos, dar nu a oferit nicio explicaţie, nu şi-a cerut scuze, ci a părăsit în grabă încăperea!" – a declarat unul dintre părinţi pentru ziarul *The Guardian*.

Conducătorii bisericii au deschis o anchetă în acest caz, dar McVeigh a găsit cea mai penibilă scuză: „Nu ştiu cum s-a întâmplat asta, dar ştiu că s-a întâmplat." El a avansat ideea că şi alţi slujitori ai bisericii aveau acces la cheia cu bucluc. Carevasăzică, un fel de teorie a conspiraţiei, nu? Păi, cam aşa e când îşi vâră coada Încornoratul... *(A.N.P.)*

Paznic de nădejde

Doi pensionari din Serbia trăiau într-o căsuţă la marginea unui sat de munte, în apropierea unei păduri. Într-o zi friguroasă, cu multă zăpadă, învârtindu-se prin curte, au găsit, căzută lângă poartă, o vulpe rănită. Deşi se temeau un pic că animalul ar putea avea cine ştie ce boală, mai ales că ar putea fi turbat, cei doi l-au învelit într-o pătură şi bătrânul a plecat cu el în braţe la veterinar.

Doctorul l-a consultat, l-a vaccinat, i-a dezinfectat rănile şi omul s-a întors cu „rănitul" acasă.

Cei doi au hotărât să ţină vulpea până îşi va vindeca rănile şi apoi să-i dea drumul în pădure. Au instalat-o în casă, în săliţa de la intrare, pentru că nu voiau ca roşcovana să fie tentată de găinile din coteţ. Nimeni nu aflase de noul lor musafir.

Vulpea era la ei de o săptămână, când, noaptea, a pătruns în curte unul dintre acei borfaşi gata să profite de întuneric şi de vârsta victimelor pentru a pune mâna pe nişte bani.

Ştia că în curte nu exista câine şi a intrat fără să aibă la el măcar o bâtă. A deschis uşor uşa, era priceput în materie, şi a intrat în săliţă. Spre ghinionul lui a dat cu piciorul în vulpiţa rănită. Aceasta a sărit brusc în întuneric, şi-a înfoiat blana şi a dat drumul unui schelălăit ascuţit şi şi-a înfipt dinţii în piciorul intrusului.

Bătrânii s-au trezit imediat, au venit să vadă ce se întâmplă şi au descoperit imediat hoţul

care ţopăia într-un picior neputând să şi-l elibereze pe celălalt. În plus era înfricoşat de arătarea roşcată care, după el, era diavolul în persoană.

Vecinii alertaţi au chemat poliţia, care l-a luat pe sus pe borfaşul prins asupra faptului de o vulpe. *(I.S.)*

Aşchia nu sare departe de trunchi

Copiii vedetelor au întotdeauna un avantaj faţă de cei ai oamenilor obişnuiţi: ei sunt născuţi în bogăţie şi faimă, sunt deja conectaţi la o reţea de personalităţi faimoase şi uşile gloriei li se deschid mult mai uşor înainte. Dar, în vreme ce unii îşi irosesc toate aceste şanse, alţii muncesc din greu pentru a-şi construi reputaţia şi nu doar că nu vor să se bazeze doar pe părinţii lor celebri, ci promit să-i eclipseze, cândva, pe aceştia. Vă invităm să facem cunoştinţă, în rândurile următoare, cu câteva dintre odraslele de celebrităţi care ilustrează perfect zicala „Aşchia nu sare departe de trunchi"!

Rumer Willis

Recent, a câştigat concursul „Dancing With the Stars", adică un fel de Oscar al culturii pop, şi nu pentru că e fiica lui Bruce Willis şi Demi Moore, ci pentru că e extrem de talentată. Prima născută a celor doi actori a stârnit o mulţime

de controverse prin look-ul abordat, dar nimeni nu poate spune că nu cântă şi dansează dumnezeieşte. Volubilă, modestă şi mereu pusă pe şotii, Rumer a devenit, în scurtă vreme, un idol al tinerei generaţii şi cu siguranţă îşi va eclipsa iluştrii părinţi.

Dakota Johnson

Aţi văzut-o în „Cincizeci de umbre ale lui Gray", dar probabil că nu ştiaţi că e fiica lui Don Johnson şi a lui Melanie Griffith şi nepoata favorită a actriţei-fetiş a lui Hitchcock, Tippi Hedren (vă amintiţi „Păsările", nu?). Distribuită în cel mai şocant thriller e-

rotic al mileniului (dacă facem abstracţie de creaţiile lui Von Trier, pe care mulţi critici se cam codesc să le numească thriller, încadrându-le undeva, între horror şi pornografie), frumoasa şi talentata Dakota e deja o stea în plină ascensiune la Hollywood, iar sequel-urile deja anunţate la „50 Shades of Grey" vor face să-i crească, în mod cert, cota de popularitate cu mult peste cea a părinţilor ei.

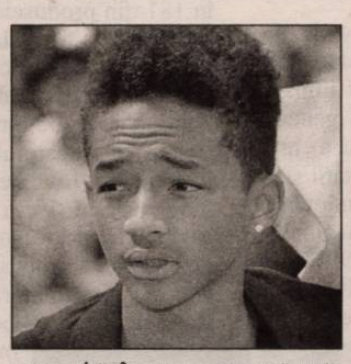
Lily-Rose Depp

Chiar şi un actor care părea mereu „veşnic tânăr şi ferice", precum Johnny Depp, trebuie să se încline în faţa fugii ireparabile a timpului. Dar el se poate mândri că lasă în loc o imagine la fel de fermecătoare – cea a superbei sale fiice, Lily-Rose. Deocamdată, tânăra pare înclinată să păşească pe urmele mamei sale, Vanessa Paradis, care şi-a început

cariera ca fotomodel, dar nu putem şti dacă într-o zi vreun regizor nu va descoperi în ea şi talentul artistic al tatălui, transformând-o într-o stea de cinema peste noapte, aşa cum numai magia hollywoodiană poate face.

Jaden Smith

După ce a jucat alături de tatăl lui, celebrul Will Smith, în filme precum „1.000 de ani post-Terra" şi „În căutatea fericirii", Jaden i-a luat prin surprindere pe critici, care nu se aşteptau ca talentul să se



transmită în aşa mare măsură în familie. Campion la arte marţiale, Jaden şi-a păstrat însă modestia, calitate propovăduită de vechii maeştri asiatici, şi spune că mai are multe de învăţat până să ajungă un actor în toată puterea cuvântului. Să recunoaştem însă că startul a fost fulminant!

Hailey Baldwin

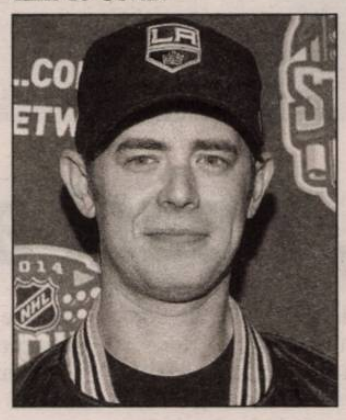
Fraţii Baldwin au constituit, în anii 80-90, o veritabilă dinastie actoricească, înscriindu-şi numele pe afişele multor filme de succes. Cu o carieră în domeniu pare să cocheteze şi fata cea mare a lui Stephen Baldwin, Hailey, care a împrumutat frumuseţea atât de la tatăl ei, cât şi de la mamă, un fotomodel brazilian de succes. Deja prezentă la marile prezentări de modă şi dorită de modişti celebri, Hailey s-a făcut remarcată şi ca prietenă a idolului pop Justin Bieber şi cochetează cu ideea apariţiei într-un musical alături de acesta. Adevărul e că ne-ar fi dor de un remake după *Dirty Dancing* sau *Grease...*

Ireland Baldwin

Şi tot din familia Baldwin provine şi Ireland, deja un fotomodel consacrat. Fiica lui Alec Baldwin şi Kim Basinger constituie, de fiecare dată, o apariţie fascinantă şi, având în vedere frumuseţea şi pedigree-ul ei n-ar fi exclus să o vedem, cândva, în rolul unei „fete Bond".

Colin Hanks

Fiul cel mare al faimosului Tom Hanks nu pare deloc incomodat de gloria tatălui şi nici de faptul că pare o copie fidelă a imaginii acestuia, în tinereţe. El s-a lansat în lumea filmului încă din 2002, când a jucat în „Orange County", după care, spre deosebire de Hanks Sr., s-a axat pe serialele şi filme de televiziune de mare succes – „The Good Guys", „Dexter", „Fargo" şi „Life in Pieces". N-ar fi însă exclus să îl vedem într-o zi şi într-un film de Oscar!



PORTRET

Dorin Andone

Ardelean get-beget (s-a născut la Cluj, pe 15 iunie 1963), Dorin Andone a fost încă din adolescenţă îndrăgostit de teatru şi de aceea înscrierea la Institutul de Teatru din Târgu Mureş, în 1987, a venit ca o opţiune firească. După obţinerea premiului de interpretare la „Gala tânărului actor" de la Costineşti, în 1989, şi-a făcut „stagiatura" alături de micul, dar îndrăzneţul colectiv al teatrului din Sfântu Gheorghe, unde a evoluat în spectacole ca „Bietul meu Marat", de Alexei Arbuzov, în regia reputatului Constantin Codrescu şi „Asta-i ciudat", de Miron Radu Paraschivescu, piesă regizată de Gelu Colceag. A urmat un deceniu de mari împliniri profesionale pe scena de „acasă", la Teatrul Naţional din Cluj-Napoca, unde a avut posibilitatea de a colabora cu mari regizori şi actori români – nu în ultimul rând cu polivalentul Dorel Vişan, în piese precum „Cursa de şoareci", după Agatha Christie, „Comedia erorilor", de William Shakespeare sau „Zbor deasupra unui cuib de cuci", de Dale Wasserman. Tot aici şi-a etalat vocea frumoasă, baritonală, în ineditul recital „Cântice ţigăneşti", inspirat de poeziile lui Miron Radu Paraschivescu.

Anul 2000 îi aduce o nouă experienţă – venirea la teatrul Lucia Sturdza Bulandra din Bucureşti, unde evoluează în spectacole ca „Îmblânzirea scorpiei", după William Shakespeare" sau „Colonelul pasăre" de Hristo Boicev. Trei ani mai târziu va deveni actor al Naţionalului bucureştean, remarcându-se în piese precum „Lucrezia Borgia", de Victor Hugo. „Jocul ielelor", de Camil Petrescu, „Toţi fiii mei", de Arthur Miller, „Bacantele", după Euripide, precum şi în spumoasa comedie „Dineu cu proşti" de Francis Veber. Atras şi de magia peliculei de celuloid, a jucat în filme ca „Undeva în Est" şi „Tandreţea lăcustelor" şi şi-a împrumutat vocea unor personaje de teatru radiofonic, precum regele Franţei, în „Regele Lear" de Shakespeare sau Calimachi din „Levantul", de Mircea Cărtărescu.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

Colţul cu litere

Meditaţie asupra opresiunii

Recent, editura Humanitas Fiction a lansat în colecţia Raftul Denisei, romanul *Firida Ruşinii* semnat de cunoscutul scriitor albanez Ismail Kadare şi tradus în limba română de Marius Dobrescu. Scris în anii 70, parte a „ciclului otoman" romanul este o meditaţie asupra opresiunii şi terorii într-un stat totalitar.

„În prima jumătate a secolului al XIX-lea, pe fundalul decăderii inevitabile a Imperiului Otoman, Ali Paşa din Ianina îşi clădeşte un principat independent. Pentru a preîntâmpina extinderea rebeliunii, sultanul îl pedepseşte cu cruzime, expunându-i capul în piaţa centrală din Istanbul, în firida destinată trădătorilor". Ismail Kadare reconstituie cariera acestui personaj misterios, născut albanez, dar integrat perfect în mecanismul înşelător al administraţiei otomane. Ali Paşa – admirator al lui Napoleon Bonaparte, cu care a întreţinut relaţii diplomatice, şi al poetului George Byron, pe care l-a găzduit în drumul acestuia spre Grecia – a dus o viaţă plină de fast, dar s-a comportat ca un satrap oriental, strivind fără milă orice tentativă de a i se contesta autoritatea. Despre acest roman Eric Faye spune: „Kadare a terminat *Firida Ruşinii* în 1976, an în care, scrie el, «de la Tirana veneau ştiri proaste. Comploturi demascate în serie. Arestări una după alta. Teroare».

Aici nu este loc pentru grotescul cu care el îşi echilibrează, de obicei, cealaltă parte a operei. Pentru că aici, în *Firida Ruşinii,* Kadare demontează şi expune piesă cu piesă mecanismul fricii; acel mecanism de care oricărui regim ar trebui să-i fie ruşine, ne spune el printre rânduri".

Iată şi o mostră de text: „Poarta Tunurilor, în zidul căreia fusese construită Firida Ruşinii, toate aceştea sporeau impresia de măreţie. În limba ţării, firidei i se spunea «piatra de luare-aminte», ceea ce, în traducere liberă, înseamnă «să înveţi dintr-o nenorocire». Nu era greu de înţeles de ce firida în care erau depuse capetele tăiate ale vizirilor rebeli sau ale înalţilor demnitari loviţi de necaz fusese amplasată tocmai aici. Poate că nicăieri în altă parte privirea trecătorilor n-ar fi putut remarca mai bine legătura dintre solemnitatea greoaie a străvechii pieţe şi tigva omenească ce încercase s-o sfideze. Se vedea imediat că alegerea locului firidei în zid se făcuse în aşa fel, încât să-ţi dea impresia că privirea oarbă a celui descăpăţânat cuprinde întreaga piaţă".

Din biografia sa, reţinem că Ismail Kadare s-a născut la Gjirokastra, în Albania, în 1936. A absolvit filologia la Tirana şi şi-a continuat studiile la Institutul de Literatură Maxim Gorki din Moscova. A debutat la 18 ani cu un volum de poezie, *Inspiraţii juvenile,* căruia îi urmează în 1957 un al doilea, *Visări.*

Trecerea la proză o face în 1963 cu romanul *Generalul armatei moarte,* care-i aduce notorietatea internaţională. La Humanitas Fiction a apărut o parte din cele mai importante scrieri ale autorului. Pe 1 ianuarie 2016, statul francez i-a conferit Legiunea de Onoare în grad de Comandor, iar opera sa este nominalizată frecvent la Premiul Nobel.

GEORGE CUŞNARENCU

A fi informat înseamnă şi a fi mai sănătos

Fără niciun fel de legătură cu politicul, vă prezentăm aici o luare de poziţie care nu a fost vizibilă la niciun ministru al sănătăţii de după 1989. Chiar dacă este doar o mică parte din ceea ce ar trebui să însemne sănătatea românilor, ea este esenţială, fiind legată de educarea generaţiilor mai mult ori mai puţin tinere.

Ministrul actual doreşte ca „Educaţia pentru sănătate" să devină materie obligatorie în şcoli: „Cred că aceste ore ar trebui să fie obligatorii şi cred că avem o resursă fantastică la care trebuie să apelăm: medicii şcolari." Potrivit ministrului, copiii ar putea primi la şcoală lecţii privind igiena de zi cu zi, alimentaţia, obiceiuri de evitat (fumat, alcool, consum de medicamente, droguri şi alte substanţe). El consideră că medicii şi asistentele şcolare ar putea deveni educatori excelenţi cu ajutorul unor cursuri de pregătire pedagogică de scurtă durată.

„Cred că împreună ar trebui să facem o presiune în acest sens (ca această materie să fie inclusă în programa şcolară) cât mai repede. Cu cât mai repede, cu atât mai bine. Nu este genul de intervenţie ale cărei rezultate să le vedem peste noapte. Investim în viitor, investim în viitorul copiilor noştri, în viitorul României. De aceea, consider că trebuie să insistăm pe aceste aspecte.", a mai spus ministrul. Scopul planului multianual integrat de promovare a sănătăţii şi educaţiei pentru sănătate este ca în următorii 5 ani proporţia populaţiei cu comportamente favorabile sănătăţii să crească în mod constant, în special în rândul unor categorii considerate cu riscuri pentru sănătate: copiii, persoanele din comunităţile rurale, cele din grupurile vulnerabile, femeile însărcinate.

„Atac" chimic la bebeluşi!

Tot mai multe semnale trase în urma unor studii medicale realizate în ţări occidentale conturează o ipoteză terifiantă, pe care multă lume încă o pune sub semnul – de luat, teoretic, oricând în răspăr – al aşa-numitelor teorii ale conspiraţiei. Pornindu-se de la o realitate categoric neliniştitoare, dar de necontestat – creşterea vertiginoasă şi mai ales necontrolată a populaţiei globului, şi asta în zonele cele mai sărace şi mai lipsite de educaţie – coroborată cu dificultatea din ce în ce mai alarmantă de a se asigura hrana cea de toate zilele pentru omenire, se vorbeşte pe diverse canale şi pe tonuri diferite despre modalităţi reale de a se reduce drastic numărul pământenilor!

S-au avansat chiar şi cifre absolut sinistre, însă firească că nimeni nu are curajul să vorbească deschis despre politica ocultă globală a uciderii lente prin intermediul hranei chimizate, al bolilor mortale pandemice, al otrăvirii efective a organismului uman prin produse chimice prezentate ca medicamente, în paralel cu interzicerea a ceea ce (mai) este cât de cât natural în alimentaţie.

Din păcate, însă, nu ne putem opri aici

Corpul nostru absoarbe agresori din exterior şi prin piele, care e considerat cel mai mare organ al omului. În acelaşi timp, se ştie şi că nou-născuţii şi copiii, în general reprezintă categoria de vârstă cea mai vulnerabilă la boli, din cauza imunităţii slab dezvoltate. Or, un studiu recent (făcut public în Franţa pe 15 februarie) arată inimaginabila situaţie în care nu mai puţin de 90% din produsele cosmetice destinate bebeluşilor conţin cantităţi de substanţe chimice „cu un

risc ridicat" pentru sănătatea micuţilor. Mai exact, din cele 341 de produse testate, 299 au intrat pe lista neagră a organizaţiei WECF, cea care a realizat cercetările! Au fost folosite criterii ale autorităţilor sanitare din Uniunea Europeană (Comitetul ştiinţific pentru securitatea consumatorilor) şi din Franţa (Agenţia naţională de securitate a medicamentului).

Între produsele cu mari probleme: ● un alergen prin contact direct (metylisothiazolinonă), identificat în 19 produse de lenjerie; ● un conservant care ar putea avea efecte toxice în ceea ce priveşte funcţia reproductivă (fenoxietanol), în 54 de produse, dintre care 26 de lenjerie; ● parfumuri cu potenţiale riscuri de alergii, în 226 de produse; ● EDTA (acidul etilendiaminotetraacetic, anticoagulant în conservarea sângelui), sulfaţi şi uleiuri minerale rezultate din chimia petrolului, în 181 din produsele testate...

WECF a formulat o cerere de interzicere a trei ingrediente cu riscuri înalte în toate cosmeticele destinate copiilor cu vârste sub 3 ani, dar se ştie bine că, dacă pe de o parte testele producătorului asupra unui produs înainte de a-l scoate pe piaţă sunt extrem de lungi, anevoioase şi uneori chiar inexistente, pe de altă parte, recunoaşterea culpei, retragerea de pe piaţă a produsului incriminat şi despăgubirea consumatorilor durează şi mai mult. Aceasta, în caz că jocuri de culise care se pun în mişcare în asemenea cazuri nu zădărnicesc bunele intenţii şi demersuri. În acest fel, se perpetuează riscul ca pielea şi organismul sensibil al micuţilor să fie ţinut sub control; un control diabolic. Ori, poate, şi aceste studii fac parte dintr-o „teorie a conspiraţiei"?!

Obezitatea, flagel al adolescenţei

Nu e deloc o exagerare: la scară globală, obezitatea şi supraponderalitatea deja reprezintă ameninţări de „top 3" – dar negru! – la adresa omenirii.

Pentru că generaţiile actuale de copii şi tineri sunt cele dintâi afectate, ceea ce înseamnă că populaţia planetei noastre din următoarele decenii şi secole va fi decimată în numele unor programe concepute special în acest sens (suntem mult prea numeroşi oameni pe Pământ, afirmaţie, de altfel, făcută de persoane importante, cu putere de decizie la nivel mondial) ori în mod absolut iresponsabil aplicată de marile companii multinaţionale, care urmăresc cu orbire totală numai şi numai profit financiar tot mai mare, indiferent de preţul plătit de consumatori. Or, noi suntem prin excelenţă o societate consumistă, nu-i aşa?

Cauza principală a obezităţii masive la adolescenţi o constituie aşa-numitele deprinderi alimentare proaste. Anchete recente realizate în acest sens de institute de sondaj din Occident au condus la rezultate alarmante. În cifre, situaţia arată că 19% din populaţia tânără (adolescenţi şi tineri între 15 şi 25 de ani) se află în stare de supraponderalitate sau de obezitate.

Cauza numărul unu la această categorie de vârstă aproape că nu mai are nevoie de comentarii: alimentaţia, adică fast-food, băuturile acidulate, „mărunţişurile ronţăibile" de genul sticks, snacks, pop-corn, covrigei şi altele asemenea. Nu e niciun secret că tinerii înghit cu mare entuziasm asemenea tipuri de „consumabile", care nu sunt şi alimente în adevăratul sens al cuvântului.

Din păcate, nu e singura cauză a luării rapide (şi aproape întotdeauna ireversibile) în greutate. Nu mai puţin de o treime din adolescenţi şi tineri au declarat că „ronţăie" tot timpul zilei aşa ceva şi – atenţie! – cel mai frecvent pe fond de stres. Şi încă nu e tot: 38% din cei chestionaţi au mărturisit că nu practică niciun sport. După toate acestea, concluziile se impun singure, dar important este şi ca măsurile pozitive necesare să se aplice. De către cine?

Părinţii sunt primii chemaţi şi, desigur, alături de ei, copiii lor. Problema foarte complicată ar fi următoarea: nu doar generaţiile de 15-25 de ani sunt vizate, ci şi părinţii. Un argument cât se poate de serios – numai într-o ţară cum este Franţa, circa 15% din populaţia adultă suferă de obezitate!

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Cam toată lumea ştie că un adult ar trebui să bea 1,5 – 2 litri de apă pe zi, în medie, pentru a nu avea probleme legate de deshidratare. Sigur că aceste cantităţi diferă de la un individ la altul, însă nu toţi respectă regula, iar unii confundă hidratarea organismului cu îngurgitarea de lichide, indiferent de ce fel, în cantităţi mai mult ori mai puţin ridicate. Exemple clasice: alcoolul, dar şi cafeaua contribuie la eliminarea apei din corp şi, odată cu ea, a mineralelor şi altor elemente vitale organismului. Dar câţi ştim, oare, ce se întâmplă dacă încetăm să ne hidratăm?

Apa e utilizată de organism pentru a transporta nutrienţii şi hormonii, pentru reglarea temperaturii corporale, pentru protejarea articulaţiilor şi chiar pentru lubrifierea ochilor. Circa două treimi din corpul unui adult înseamnă apă! Este, într-un alt fel spus, carburantul cu ajutorul căruia „funcţionăm", dacă acceptăm să ne considerăm un fel de maşini. În consecinţă, în lipsa lichidului vital, după primele senzaţii de sete şi până la ameţeli, greaţă, uscarea pielii (şi nu doar a ţesuturilor exterioare, ci şi, de pildă, a celor din interiorul gurii), evoluţia duce negreşit către dezastru şi – în cele mai negre scenarii – la

Hidratează-te ca să trăieşti!

moarte. Într-adevăr, dacă un om nu mai bea deloc apă, el va muri în 3 zile, maximum o săptămână. Corpul „taie" de la raţia necesară, în mod progresiv, fiecare organ, pentru a economisi restul de apă, până când creierul însuşi încetează să mai funcţioneze, în lipsa acestui „combustibil".

În treacăt fie spus, au existat cazuri de persoane care au supravieţuit fără hrană şi trei săptămâni, însă fără apă viaţa durează mult mai puţin. Chiar dacă nu observăm explicit, în fiecare clipă eliminăm apă: pentru cea mai măruntă activitate, în procesele organice, prin respiraţie, transpiraţie şi urină. În total, eliminăm cam 2 litri pe zi. E adevărat, aceasta ne permite să eliminăm şi toxine, care altfel ne-ar otrăvi, însă este vital şi transportul constant al sângelui în întregul organism, prin care de fapt se trimite oxigenul către fiecare celulă şi, desigur, hrana necesară acestora. În realitate, spun cercetătorii, începând cu pierderea a minimum 15% din apă, organismul unui om obişnuit devine incapabil de supravieţuire.

Semnele cele mai grave în acest sens, pe lângă cele menţionate mai sus, sunt urina de culoare închisă, îngroşarea sângelui, scăderea presiunii arteriale, dureri de cap, crampe, până la pierderea cunoştinţei. De aceea, cum sezonul canicular nu mai este foarte departe, nu uitaţi că nu berea, nici cafeaua, nici sucurile colorate şi îndulcite până dincolo de orice limită, ci ***Apa înseamnă Viaţă!***

Presopunctura plantară

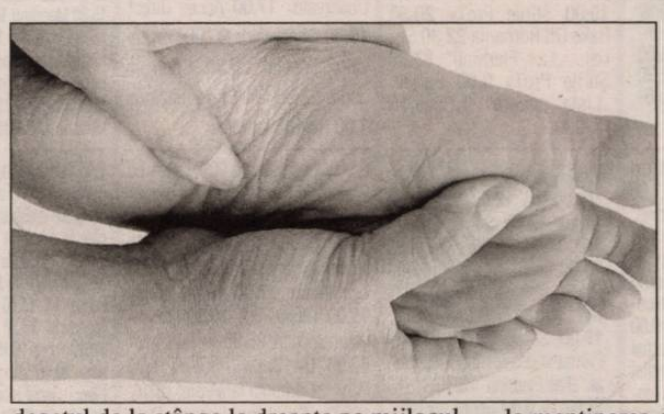
pentru organele interne

După cum v-am promis, continuăm prezentarea pe scurt a avantajelor practicării uneia dintre terapiile blânde cele mai vechi şi mai eficiente, în principiu aduse în Europa din Orientul îndepărtat, dar parţial cunoscute şi în spaţiul nostru de mult timp: presopunctura. Dacă săptămâna trecută am zăbovit asupra zonei capului şi pieptului, astăzi vom „coborî" în interiorul corpului, dar înainte vom face referire la tratarea părţii din noi care, practic, ne ţine în picioare!

◆ ***Coloana vertebrală.*** Nu rareori, avem senzaţia că omniprezentele dureri de spate vin la pachet cu dureri ori disconfort în cavitatea tălpii. De fapt, nu e o simplă coincidenţă: în reflexologie, bolta plantară corespunde coloanei vertebrale. Pentru tratarea acesteia se efectuează presiuni cu degetul mare, mai întâi de jos în sus, apoi în sens invers, pe toată partea tălpii sus-amintită. În timpul mişcării se poate schimba degetul de acţiune de la o mână cu cel corespunzător de la mâna cealaltă. „Mobilizaţi" apoi coloana încordând laba piciorului. Ţineţi cu o mână talpa şi cu cealaltă degetele şi trageţi uşor în sensuri opuse.

◆ ***Organele interne.*** Cele mai multe dintre acestea se reflectă pe zona de mijloc a tălpii, unde e destul de uşor să ne păcălim în legătură cu locul fix care corespunde unui anumit organ.

Dacă acţionaţi asupra tălpii stângi, reperaţi mai întâi zona reflexogenă a plămânilor şi diafragmei (vezi numărul precedent al „Magazinului") şi sub aceasta veţi ajunge la cele ale stomacului, pancreasului, splinei şi inimii. Deplasaţi apoi



degetul de la stânga la dreapta pe mijlocul tălpii, coborând spre exterior, loc care corespunde ultimei jumătăţi a colonului.

Dacă lucraţi pe talpa dreaptă, executaţi mişcările de presiune pe aceeaşi zonă, de data aceasta însă stimulând ficatul şi vezica biliară. Urcând apoi şi deplasând degetul spre exterior, prin mijlocul tălpii, veţi acţiona asupra primei jumătăţi a colonului.

◆ ***Intestinul gros.*** Se spune că buna-dispoziţie a unui om depinde de buna funcţionare a aparatului digestiv. E adevărat, iar aceasta sugerează şi importanţa modului de lucru al intestinelor în viaţa noastră. Pentru a le stimula, acţionaţi cu degetul de presiune în partea de jos a tălpii, prin mişcări de du-te-vino în toate direcţiile, ceea ce va ajuta foarte mult în special intestinal gros.

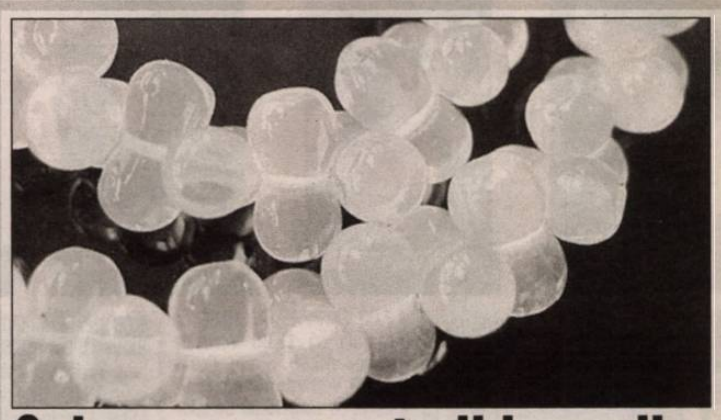
◆ ***Şoldurile şi genunchii*** constituie „fundaţia" trupului uman, iar stimularea lor contribuie la menţinerea echilibrului. Apăsaţi cu degetul de-a lungul părţii superioare a tălpii, către marginea exterioară, între degete şi talpa propriu-zisă, mişcând în toate direcţiile pe zona osului cuboid – mica protuberanţă aflată puţin mai sus de mijlocul tălpii, pe marginea exterioară.

Vom încheia mica noastră serie despre presopunctura plantară în numărul viitor, dar între timp nu uitaţi că, în această practică, întotdeauna se începe cu talpa piciorului stâng şi apoi se trece la talpa dreaptă, urmându-se succesiv aceleaşi secvenţe.

Ieşiţi din iarnă cu spanac!

Oricât de blând ar fi sezonul rece, carenţa de substanţe esenţiale pentru sănătate se face resimţită mai ales primavera, când însă natura ne vine în ajutor cu alimente vegetale fără egal. De ce să consumăm, aşadar, spanac, respectiv suc de spanac?

Acesta este un foarte bun remineralizant, antianemic, vitaminizant (conţine numeroase săruri minerale, oligoelemente, vitamine), e tonic cardiac, antiscorbutic, recomandat în stări de convalescenţă, astenii fizice şi nervoase, rahitism, arsuri. În mod special, spanacul ajută digestia, curăţând întregul traiect; în aceeaşi idee, consumul a 500 mililitri de suc ajută negreşit la vindecarea constipaţiilor cronice.



Culoarea cunoaşterii lucrurilor

Încheiem pentru moment incursiunea în universul culorilor care pot deveni foarte bine ajutor important în tămăduirea unor afecţiuni sau măcar în ameliorarea lor, dar şi în asigurarea certă a unui confort psihic şi fizic special, prezentându-vă o culoare (nuanţă?) cu totul aparte.

Aţi observat, desigur, că pe parcursul prezentării noastre am oscilat cumva între folosirea celor două noţiuni (culoare şi nuanţă). Explicaţia poate fi una foarte simplă: lumina, cea care de fapt găzduieşte toate aceste componente, numără multe mii (!) de nuanţe cromatice, pe care din păcate ochiul uman nu le poate deosebi decât într-o proporţie infimă. De aceea, poate că veţi fi surprinşi să aflaţi că există şi culoarea numită opalin.

Opalinul ajută la materializarea ideilor, conţinând practic întregul spectru al culorilor vizibile şi deci toate informaţiile asupra lucrurilor. Concret, specialiştii în utilizarea acestor terapii evocă un caz din anul 1997, al unui tânăr care îşi căuta o slujbă, dar nu ştia încotro să se îndrepte. După folosirea unei piramide de culoare opalin, la trei săptămâni, el şi-a găsit un loc de muncă foarte bun, ceea ce l-a absolvit şi de problemele de sănătate adiacente.

În ce situaţii această culoare poate fi utilă?

● Stimulează văzul şi clarvederea. ● Ajută la coordonarea relaţiei dintre corp, suflet şi spirit. ● Favorizează inspiraţia şi imaginaţia. ● Echilibrează emoţiile şi dorinţele ascunse. ● Conferă o senzaţie de căldură şi de securitate. ● Potenţează gândurile şi acţiunile persoanelor care au această culoare asupra lor. ● Poate contribui la eliminarea problemelor persoanelor care au în mod frecvent coşmaruri. ● Într-un plan „magic", se spune că ar favoriza ritualurile legate de bani şi că ar putea face să apară ori să dispară diferite lucruri. Dar asta e deja altă problemă...

Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Remedii naturale

Foile de ceapă – un leac miraculos

Una dintre cele mai răspândite legume de pe mapamond, ceapa, are şi ea părţile ei necomestibile care se aruncă aproape întotdeauna. Totuşi, aflaţi că foile de ceapă matură pot fi folosite în numeroase tratamente, ceea ce le face să poată fi considerate şi un adevărat remediu blând universal. Ele conţin 4% antioxidanţi, bioflavonozi, quercetină. Aceasta din urmă este o substanţă biologic activă cu o mulţime de proprietăţi terapeutice.

Foaia de ceapă conţine substanţe ce tonifică activitatea cardiacă, sporesc imunitatea, nemaivorbind de proprietăţile expectorante, laxative, diuretice, spasmolitice, coleretice, antiseptice, anticancerigene etc. Prin urmare, înainte de a arunca foile de ceapă şi de usturoi, aflaţi care sunt proprietăţile lor.

Persoanele care suferă de hipertonie pot bea în fiecare zi ceai din foi de ceapă. Totodată, infuzia din foi de ceapă contribuie la eliminarea din organism a surplusului de natriu şi clor, ceea ce e foarte important pentru persoanele cardiace. De asemenea, aceasta poate fi folosită drept remediu împotriva cârceilor. Ceaiul din foi de ceapă se prepară astfel: într-un pahar cu apă fierbinte puneţi puţină plantă şi lăsaţi să se infuzeze 10 minute; înlăturaţi apoi foile şi beţi peste noapte preparatul, neîndulcit.

Proprietăţi curative ale quercetinei din foile de ceapă: ■ antioxidant – quercetina încetineşte procesul de îmbătrânire a celulelor pielii, retinei

ochiului, miocardului; ■ măreşte tonusul vaselor sanguine (venelor, arterelor, capilarelor); ■ antialergic – previne sintetizarea gistaminei şi serotoninei (mediatorii alergiei); ■ anti-aterosclerotic – lichidează mai eficient decât vitamina E potenţialele riscuri pentru inimă provocate de colesterol; ■ cardioprotector – ameliorează activitatea miocardului, previne coagularea sângelui, reducînd posibilitatea formării trombozelor; ■ hipotensiv – normalizează tensiunea arterială; ■ imunostimulator – măreşte activitatea fagocitelor, producţia de anticorpi, ceea ce reduce apariţia imunodeficienţei, a maladiilor respiratorii acute etc.; ■ antiinflamator – reduce apariţia proceselor inflamatorii; ■ regenerator – contribuie la vindecarea rănilor, eroziunilor cavităţii bucale, inflamaţiilor purulente ale ţesuturilor moi, influenţează procesele de remodelare a ţesuturilor osoase; ■ oncoprotetector – întărind sistemul imunitar şi accelerînd procesele de eliberare a fermenţilor detoxifianţi, reduce creşterea celulelor canceroase în cazul leucemiei şi cancerului mamar, al cancerului de colon, de ovare şi endometriei; ■ se utilizează în tratamentul combinat al maladiilor inflamatorii, inclusiv al artrozelor şi artritelor, în cazul arsurilor şi degerăturilor, cataractei, în programul de întinerire şi reducere a ridurilor, de întărire a imunităţii, în tratarea varicelor.

LUNI - 21 martie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează – la atitudine! 11.00 Serial: „Viaţa dublă a lui Eddie McDowd" 12.00 Teleshopping 12.30 Descălecaţi în Carpaţi 13.00 Germana... la 1 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 17.00 Garantat 100% (r) 18.00 Întrebări şi răspunderi 19.00 Emisiunea de luni 20.00 Telejurnal 21.00 Prim-plan 22.30 Starea naţiei 23.35 Nocturne 0.35-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.40 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Bake Off Romania 22.30 Serial: „Las Fierbinţi" 23.30 Ştirile ProTv 0.00 Serial: „Lista neagră" 1.00-6.15 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Chefi la cuţite 23.00 Un Show Păcătos 1.00 Revizie tehnică.

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Jurnalul STV Junior 8.00 Casa: construcţie şi design 8.45 All Inclusive (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Focus Magazin (r) 12.30 Secrete de Stil (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 15.00 Camera de râs 15.30 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Secretele Mentaliştilor 18.00 Focus 19.15 Mama mea gătește mai bine 20.15 Cronica Cârcotaşilor 21.00 Film: „Urmărit de moarte" (SUA, 2010) 23.00 Trăsniţii 0.15 Focus Magazin 1.00-6.15 Reluări.

acasa

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Suflet călător" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Film: „Danielle Steel's – Zoya" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului". Cu: Alejandra Barros 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.315 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Mic dejun cu un campion (r) 9.30 Dincolo de viitor (r) 10.00 Documentar 360º – GEO 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.00 Serial: „Legea lui Doyle" 20.10 Teatru TV: „Hangiţa" de Carlo Goldoni 22.00 Telejurnal 22.30 Serial: „În umbra legii" 23.30 Replay 1.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

6.15 Film: „Danielle Steel's – Zoya" (r) 8.00 La Măruţă (r) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Le Havre" (r) 14.00 Film: „Maestrul despărţirilor" (r) 16.45 Serial: „La bloc" 19.00 Film: Irezistibilul Harold" (SUA, 2006) 20.30 Film: Solo" (SUA, 1996). Cu: Mario Van Peebles, Barry Corbin 22.30 Film: „Cabana din pădure" (SUA, 2012). Cu: Kristen Connolly, Chris Hemsworth 0.30 Film (r) 2.30 Cine A.M.

MARŢI - 22 martie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează 11.00 Serial: „Viaţa dublă a lui Eddie McDowd" 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 EURO polis 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 17.00 Nocturne (r) 18.00 Europa mea (r) 19.00 Exclusiv în România (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Prim-plan 22.30 Starea naţiei 23.35 Film: „Planul Armaghedon" (coprod., 1977). Cu: Alain Delon, Michel Duchaussoy 1.15-5.35 Reluări.

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.40 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 22.30 Serial: „Las Fierbinţi" 23.30 Ştirile ProTv 0.00 Serial: „Lista neagră" 1.00-6.15 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 În puii mei! 22.30 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Complici fara voie" (SUA, 1997). Cu: Joe Lando, Dale Midkiff 3.30 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 Secretele Mentaliştilor (r) 8.45 Focus din inima României (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Cireaşa de pe tort (r) 12.30 Focus Magazin (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 15.00 Camera de râs 15.30 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii 18.00 Focus 19.15 Mama mea gătește mai bine 20.15 Cronica Cârcotaşilor 21.00 Film: „Jocul morţii" (SUA, 2002) 23.00 Trăsniţii 23.45 Focus din inima României 0.15 Focus Magazin 1.00-6.15 Reluări.

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Lupta rozelor" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului" 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.45 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Serial (r) 9.30 A doua emigrare (r) 10.00 Documentar 360º – GEO (r) 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.00 Serial: „Legea lui Doyle" 20.10 D'ale lu' Mitică (r) 21.00 Destine cu filme 22.00 Telejurnal 22.30 Serial: „În umbra legii" 23.30 Festivalul Internaţional George Enescu 2015 1.00-6.00 Reluări.

6.15 Film: „Danielle Steel's – Zoya" (r) 8.30 La Măruţă (r) 10.15 Serial: „La bloc" (r) 12.30 Film: „Irezistibilul Harold" (r) 14.00 Film: „Şapte suflete" (r) 16.30 Serial: „La bloc" 18.45 Film: „Privind în urmă" (SUA, 2010). Cu: Eric Close, Samantha Mathis 20.30 Film: „Reţeaua" (SUA, 1995). Cu: Sandra Bullock, Jeremy Northam 22.45 Film: „Cel mai valoros premiu" (SUA, 2007). Cu: Alan Rickman, Bryan Greenberg 1.00 Film (r) 3.00 Cine A.M.

MIERCURI - 23 martie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează 11.00 Serial: „Viaţa dublă a lui Eddie McDowd" 12.00 Teleshopping 12.30 În grădina Danei (r.) 13.00 Fără etichetă 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Convieţuiri 17.00 Profesioniştii (r) 18.00 Superconsumatorul 19.00 Exclusiv în România (r) 20.00 Telejurnal 21.00 Prim-plan 22.30 Starea naţiei 23.30 Maşini, teste şi verdicte 0.10 Film: „Rivalii din bucătărie" (M. Britanie, 2010) 1.50-5.35 Reluări.

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.40 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 22.30 Serial: „Las Fierbinţi" 23.30 Ştirile ProTv 0.00 Serial: „Lista neagră" 1.00-6.15 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 În puii mei! 22.30 Serial: „Mr. Bean" 23.00 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Corupţi de libertate 4" (SUA, 1994) 2.45 Observator (r) 3.30 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 Îmblânzirea scorpiei 8.00 Mondenii (r) 8.45 Focus din inima României (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Cireaşa de pe tort 12.30 Focus Magazin (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Camera de râs 15.30 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii 18.00 Focus 19.15 Mama mea gătește mai bine 20.15 Cronica Cârcotaşilor 21.00 Film: „Arme, crime... şi o geantă" (SUA, 2014). Cu: John Cusack, Robert De Niro 23.00 Trăsniţii 0.15 Focus Magazin 1.00-6.15 Reluări.

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Lupta rozelor" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului" 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.45 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Serial: „Legea lui Doyle" (r) 9.30 Pescar hoinar (r) 10.00 Documentar 360º – GEO (r) 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.00 Cap Compas (r) 19.50 Telecinemateca: „Moştenitoarea" (SUA, 1949). Cu: Olivia de Havilland, Montgomery Clift 22.00 Telejurnal 22.30 Serial: „În umbra legii" 23.30 Festivalul Internaţional George Enescu 2015 1.00-6.00 Reluări.

6.15 Film (r) 8.00 La Măruţă (r) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Păstrează amintirile" (r) 14.00 Film: „Un soţ perfect: Povestea lui Laci Peterson" (SUA, 2004) 15.45 Serial: „La bloc" 18.00 Film: „Karate Kid " (SUA, 1984) 20.30 Film: „Oraşul corupt" (SUA, 2013). Cu: Marc Wahlberg, Russell Crowe 22.45 Film: „Tentaţia seducţiei" (SUA, 1999) 0.45 Film (r) 2.45 Cine A.M.

ANNE ARCHER – duminică, 23.00 –

JAMES MARSDEN – vineri, 23.10 –

MILLA JOVOVICH – duminică, 22.00 –

ALAIN DELON – marți, 23.35 –

ALEJANDRA BARROS – luni-vineri, 20.00 –

JOHN CUSACK – miercuri, 0.30 –

ANDIE MACDOWELL – joi, 20.30 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI - 24 martie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează 11.00 Serial: „Viaţa dublă a lui Eddie McDowd" 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 De joi până joi 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Akzente 17.00 Interes general 18.00 Lozul cel mare 18.30 În culisele energiei 19.00 Mediatorii 20.00 Telejurnal 21.00 Prim-plan 22.30 Starea naţiei 23.35 Film: „Maladii" (SUA, 2012) 1.20-5.35 Reluări.

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.40 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Las Fierbinţi 21.30 Serial: „Atletico Textila" 22.30 Ştirile ProTv 23.00 Serial: „Lista neagră" (ultimul ep.) 0.00 Serial: „Spitalul de demenţă" 1.00-6.15 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Next Star 23.00 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Un caz de crimă" (SUA, 1993). Cu: Peter Berg, Jennifer Grey 3.00 Observator (r) 3.45 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 Îmblânzirea scorpiei 8.45 Focus din inima României (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Cireaşa de pe tort 12.30 Focus Magazin (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 15.00 Camera de râs 15.30 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii 18.00 Focus 19.15 Mama mea gătește mai bine 20.15 Cronica Cârcotaşilor 21.00 Film: „Rămân cu tine" (România, 1982) 23.00 La TV 23.45 Focus din inima României 0.15 Focus Magazin 1.00-6.15 Reluări.

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Lupta rozelor" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului" 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.45 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Serial: „Legea lui Doyle" (r) 9.30 Europa 360º (r) 10.00 Documentar 360º – GEO (r) 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.00 Serial: „Legea lui Doyle" 20.10 Poveste după poveste 21.00 Arte, carte şi capricii 22.00 Telejurnal 22.30 Serial: „În umbra legii" 23.30 Interviurile Festivalului George Enescu, 2015 0.30-6.00 Reluări.

6.00 Film: „Un soţ perfect: Povestea lui Laci Peterson" (r) 7.45 La Măruţă (r) 9.15 Serial: „La bloc" (r) 11.45 Film: „Karate Kid" (r) 14.15 Film: „Privind în urmă" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Karate Kid 2" (SUA, 1986). Cu: Pat Morita, Ralph Macchio 20.30 Film: „Ingrata" (coprod., 2001). Cu: Andie MacDowell, Imelda Staunton 22.45 Film: „Onoare pătată" (SUA, 2002). Cu: Dan Leis, Jason Patric 1.00 Film (r) 3.00 Cine A.M.

VINERI - 25 martie

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează 11.00 Serial: „Viaţa dublă a lui Eddie McDowd" 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 În culisele energiei (r) 13.30 M.A.I. aproape de tine 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Oameni ca noi 16.00 Parlamentul României 17.00 Ne vedem la TVR 19.00 Cooltura 20.00 Telejurnal 21.10 O dată-n viaţă 0.15 Film: „Zece ierni" (Italia, 2009). Cu: Isabella Ragonese 2.00-5.35 Reluări.

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.40 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Românii au talent 23.00 Film: „Cronicile Casterilor: A 16-a lună" (SUA, 2013). Cu: Alden Ehrenreich, Alice Englert 1.30-6.15 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Film: „Infernul" (SUA, 1999) 22.30 În puii mei Xtra Show 23.45 Film: „Dragonul Roşu" (SUA, 2002) 2.00 Film: „Obligat să ucidă" (Spania, 2010) 0.30-3.45 Reluări.

6.45 Teleshopping 7.15 Dosarele DNA (r) 8.45 Focus din inima României (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Cireaşa de pe tort (r) 12.30 Focus Magazin (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 15.00 Camera de râs 15.30 Mondenii 16.30 Focus 17.00 La TV 18.00 Focus 19.15 Mama mea gătește mai bine 20.30 Film: „Sosesc păsările călătoare" (România, 1984). Cu: Emil Hossu 23.00-6.15 Reluări.

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Lupta rozelor" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului" 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.45 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Serial: „Legea lui Doyle" (r) 9.30 Natură şi aventură (r) 10.00 Documentar 360º – GEO (r) 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.00 Serial: „Viaţa Stăntului Francisc din Assisi" 20.10 Film: „Sunt ceea ce sunt" (SUA, 2011) 22.00 Telejurnal 22.30 Dincolo de viitor 23.10 Film: „Autostrada 60" (SUA, 2002). Cu: James Marsden, Kurt Russell 1.10-6.00 Reluări.

6.00 Film: „I s-a întâmplat lui Jane!" (SUA, 1959) 7.45 La Măruţă (r) 9.15 Serial: „La bloc" (r) 11.45 Film: „Karate Kid 2" (r) 14.15 Film: „Un soţ perfect: Povestea lui Laci Peterson" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Karate Kid 3" (SUA, 1989) 20.30 Film: „Aviatorul" (coprod., 2004). Cu: Leonardo DiCaprio, Cate Blanchet 0.00 Film: „Heli" (coprod., 2013) 2.00 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ - 26 martie

7.00 Gala umorului (r) 8.00 Serial: „Micul Dracula" 8.30 DR. FIX (r) 9.00 Politică şi delicateţuri (r) 10.00 Zon@ 10.30 Maşini, teste şi verdicte (r) 11.10 O dată-n viaţă (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Doc.: „Din tainele păsărilor" 15.00 Ora regelui 16.00 Film: „Beau Geste" (SUA, 1939). Cu: Gary Cooper 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 Ochiul magic 22.50 Profesionişti 0.10 Film: „Oameni de neclintit" (SUA, 1971) 2.00-5.35 Reluări.

7.00 Ştirile ProTv 10.00 I like IT 10.30 Ce se întâmplă, doctore? 11.00 Arena bucătarilor 11.30 Film: „Eddie" (SUA, 1996). Cu: Whoopi Golberg, Frank Langella 14.00 Ferma vedetelor (r) 16.15 Românii au talent (r) 19.00 Ştirile ProTv 20.00 Film: „Columbiana" (Franţa, 2011). Cu: Zoe Saldana, Michael Vartan 22.15 Film: „Prietenie cu folos" (SUA, 2011) 0.15-6.30 Reluări.

6.00 Observator 10.00 Serial: „Lassie" 10.30 Film: „Oraşul infernului" (SUA, 1997) 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Mireasă pentru fiul meu 19.00 Observator 20.00 Te cunosc de undeva! 23.15 Film: „Serenity" (SUA, 2005). Cu: Nathan Fillion, Gina Torres, Morena Baccarin 1.45 Observator (r) 2.30 Film: „Insula delfinilor" (SUA, 1964) 5.00 Serial: „Lassie".

7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniţii (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Secrete de Stil 10.30 Jurnalul STV Junior (r) 11.30 All Inclusive 12.00 Film: „Rămân cu tine" (r) 14.00 Focus 14 15.00 Îmblânzirea scorpiei 16.00 Schimb de mame 18.00 Focus 19.15 Cireaşa de pe tort 20.30 Film: „În spatele aparenţelor" (SUA, 2002). Cu: Billy Bob Thornton, Patricia Arquette 22.30 Dosarele DNA 23.30 Mărul Discordiei 1.30-6.00 Reluări.

6.00 Serial: „Istorie în farfurie" 8.00 Teleshopping 8.30 Serial (r) 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Suflet călător" 19.00 Film: „Danielle Steel's – Mesaj din Vietnam" (SUA, 1993, partea I) 21.00 Serial: „Suflet călător" 23.00 Serial: „Vise de smarald" 0.00 Serial: „Santa Diabla" 1.00-5.00 Reluări.

7.15 Teleshopping 8.00 Locuri, oameni şi comori (r) 8.30 Cap Compas (r) 9.00 Natură şi sănătate (r) 9.30 Mic dejun cu un campion 10.30 Serial: „Connor sub acoperire" 10.55 Poveşti citadine 11.10 Sacrificiul impune respect 13.00 Deportaţii 14.10 Film: „Vorbeşte-mi despre tine!" (Franţa, 1979) 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Popasuri folclorice 18.00 Telejurnal 18.30 Locuri, oameni şi comori 19.00 Arte, carte şi capricii (r) 20.10 Doc.: „Evanghelia... după Giotto" 21.30 Credo 0.10-6.00 Reluări.

6.30 La Măruţă (r) 7.30 Film: „Karate Kid 2" (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Karate Kid 3" (r) 14.15 Film: „I s-a întâmplat lui Jane" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Delgo" (SUA, 2008). Cu: Freddie Prinze Jr. 20.30 Film: „Iubitul meu e zombi" (coprod., 2013). Cu: Nicholas Hoult, Teresa Palmer 22.30 Film: „Soţia împăratului" (coprod., 2003). Cu: Jonathan Rhys-Meyers, Max Beesley 0.30 Film (r) 2.30 Cine A.M.

DUMINICĂ - 27 martie

7.00 Teleenciclopedia (r) 8.10 Universul credinţei 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viaţa satului 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Descălecaţi în Carpaţi 15.00 Politică şi delicateţuri 16.00 Gala umorului 17.00 Preţuieşte viaţa! 18.00 Lozul cel mare 18.35 Observatori la Parlamentul European 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Premiile muzicale Radio România 23.00 Garantat 100% 0.00 Săptămâna generozităţii 0.15 Film: „Confidenţe pe pernă" (SUA, 1959). Cu: Rock Hudson, Doris Day 2.00-5.35 Reluări.

7.00 Ştirile ProTv 10.00 După 20 de ani (r) 11.00 Film: „Vizitatori în America" (SUA, 2001) 13.00 Ştirile ProTv 13.05 Ce spun românii (r) 14.00 Ferma vedetelor (r) 16.00 Bake Off România (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Ştirile ProTv 20.00 Film: „Curierul 2" (coprod., 2005) 21.45 Film: „Resident Evil: Viaţa de apoi" (SUA, 2010). Cu: Milla Jovovich 0.15-6.00 Reluări.

6.00 Observator 9.30 Te cunosc de undeva! (r) 13.00 Observator 13.15 Next Star (r) 16.00 SuperBingo Metropolis 17.30 X Factor: Best Moments 19.00 Observator 20.00 Serial: „Un gigolo de doi bani" (SUA, 1999) 22.00 Film: „Un colţ de rai" (SUA, 2011) 0.00 Film (r) 2.00 Film: „Viaţă secretă" (SUA, 1998). Cu: Anne Archer, James Russo 3.45 Film: „Texas dincolo de râu" (SUA, 1966).

7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniţii (r) 8.15 La TV (r) 8.45 Casa: construcţie şi design (r) 9.20 Teleshopping 10.00 Focus Magazin (r) 11.30 Film: „Sosesc păsările călătoare" (r) 14.00 Focus 14 15.00 Cronica Cârcotaşilor (r) 18.00 Focus 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Schimb de mame 22.30 Trădaţi în dragoste 0.30 Film: „În sfârşit, văduvă" (Franţa, 2007) 3.00-6.00 Reluări.

6.00 Serial: „Istorie în farfurie" 8.00 Teleshopping 8.30 Serial: „Suflet călător" (r) 11.15 Film: „Danielle Steel's – Mesaj din Vietnam" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Zodiacul de ACASĂ 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Suflet călător" 19.00 Film: „Danielle Steel's – Mesaj din Vietnam" (partea a II-a) 21.00 Serial: „Suflet călător" 23.00 Serial: „Vise de smarald" 0.00 Serial: „Santa Diabla" 1.00-5.00 Reluări.

7.15 Teleshopping 8.00 Popasuri folclorice (r) 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Cariere 11.00 Europa 360º (r) 11.30 Locuri, oameni şi comori (r) 12.00 Cap Compas 12.30 Credo 13.00 Natură şi sănătate 14.10 Film: „Vreau să ştiu de ce am aripi" (România, 1984) 15.50 Poveşti citadine 16.00 Festivalul Internaţional de Circ de la Monte-Carlo 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Telejurnal 18.30 Drumul lui Leşe 19.30 Europa 360º 20.10 Film: „Telefonul" (România, 1991) 22.10 Doc.: „Evanghelia... după Giotto" 23.10 Serial: „Hacker" 0.10-6.00 Reluări.

7.00 Doamne de poveste 7.45 Serial: „La bloc" (r) 10.00 Film: „I s-a întâmplat lui Jane" (r) 12.00 Film: „Delgo" (r) 14.00 Film: „Karate Kid 3" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Ultimele ore ale Terrei" (Canada, 2011) 20.30 Film: „Numele meu este Khan" (India, 2010) 0.00 Film: „Jaf mortal" (SUA, 2007). Cu: Big Daddy Kane, Brandon Xavier 1.30 Cine A.M.

GHICITORI

Integramă de M. ALBU

CEATĂ DE ARNĂUȚI / ZIDESC CASE
CONDAMNĂTĂ LA OCNĂ / A ZICE CĂ „NU"
A REDA PRIN CUVINTE / TOMA FILIP
CAP DE SCONCS! / SPUSE CU COLINDUL
ȘARPE URIAȘ / O VIAȚĂ DE OM
A ÎNĂLȚA O CASĂ / POTRIVIT ÎN VERSURI
NEVĂTĂMAT / DIVIZIUNE BIOLOGICĂ
RAZIE / COSTUM DE DAMĂ
PRIVEȘTE! / REDUS LA ZERO
MEI! / ARBORE DE CEAI
ADĂPOST ÎN PORT / SIMBOL FEMININ
CURSĂ ÎN VITEZĂ / BANII CORUPȚIEI
COLECTIV DE ARBITRI
A ÎNMULȚI CU 1000 / STAȚIUNE LA MARE
Ș.A.M.D. / CUTĂ PE FAȚĂ
TOC DE OCHELARI / NOUTĂȚI COTIDIENE
SAU / PRĂJIȚI PREA MULT
ASCUȚIȚI... LA URECHI
SFÂRȘIT DE BAIRAM / SUVERAN ARAB
ACOPERIRI CU BITUM / ÎN STOC!
ATMOSFERĂ / AVANTAJ LA CĂRȚI
PRIN URMARE / A PUNE MÂNA
INTRAREA ÎN SLĂNIC! / ANDA ADAM
UCENIC PE VAS / ÎNCEPUT DE RUNDĂ
UIMIT CEREMONIAL / A FACE CA PISICA
SUNT CU CAPUL ÎN NORI
CULOAREA HOLDEI VARA

Umor

☺ – *Bulă, câte porunci există? întreabă profesorul.*

– *Zece, domnule profesor.*

– *Şi ce se întâmplă dacă nu respecţi una dintre ele?*

– *Rămân nouă...*

☺ *Soţul se întoarce inopinat şi-şi găseşte soţia în pat cu altul. Dă din cap grav dezamăgit:*

– *Bravo, nevastă, bravo! Mâine-poimâine te văd şi cu ţigara-n gură!*

☺ – *Draga mea, unde eşti?*

– *Iubi, sunt în maşină, tramvaiul mă urmăreşte!*

– *Dragă, ieşi de pe linia de tramvai şi porneşte GPS-ul, te va ajuta să ajungi acasă.*

– *Nu pornesc niciun GPS, m-am certat cu el azi dimineaţă!*

☺ *Un ţăran într-o căruţă plină ochi, cu un singur măgar amărât cu ochelari de cal, care nu se urnea deloc, striga frenetic:*

– *Dii, Murgule! Dii, Surule! Dii, Florica! Dii, Maricica!*

Un bărbat se uită la el şi îl întreabă dacă a uitat cum se numeşte măgarul; ţăranul spuse:

– *Ştiu cum îl cheamă, dar vreau să îi dau impresia că nu lucrează singur.*

☺ – *Eşti în stare de ceva?*

– *Da, în stare de ebrietate!*

SUDOKU

jocul săptămânii: 11

9	7				5			
							9	7
2		1			3	8		
	2		8		7	4	1	
	1	7	2		4		3	
		8	3			2		1
5	6							
			7				4	8

Soluţia în numărul viitor

Soluţia «SUDOKU» – jocul săptămânii 10

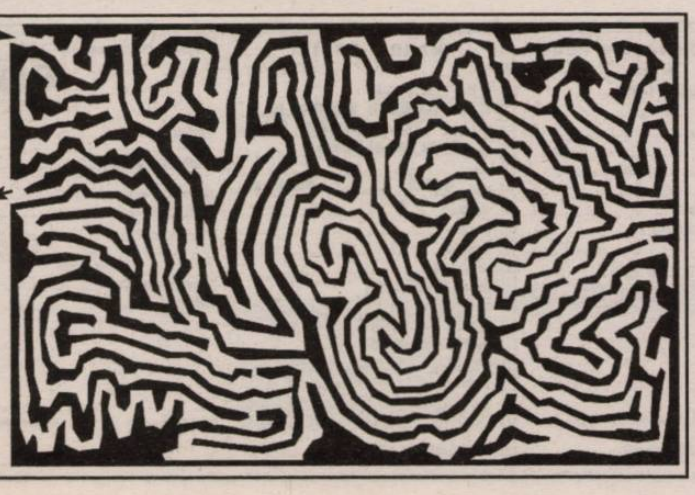
7	2	9	4	1	3	8	6	5
6	5	3	8	2	7	1	9	4
1	8	4	9	6	5	7	3	2
8	3	5	7	4	9	6	2	1
2	7	1	6	5	8	3	4	9
9	4	6	1	3	2	5	8	7
5	6	7	3	9	4	2	1	8
4	1	2	5	8	6	9	7	3
3	9	8	2	7	1	4	5	6

PERSPICACITATE

Încercaţi să rezolvaţi labirintul!

START

FINAL



SOLUŢIA INTEGRAMEI „PUZZLE":

Orizontal: G - T - V - D - D - F - CALABALACURI - LIRICI - ARII - MOFT - ITAN - NN - STIR - ROIT - T - SI - TAPIR - URA - O - CARO - TARI - LER - IATAC - SA - NEUTRI - EMIR - MUTI - TRI - APA - NIMFA - AURIT - ETNIE - CRAITA.

Verificaţi-vă cunoştinţele!

Bătălii

1. Ce se înţelege de obicei printr-o bătălie?
2. Cum se numea zeiţa războinică din mitologia romană, de origine sabină, reprezentată cu plete din şerpi?
3. În ce vestită bătălie a fost învins temutul Hanibal de către Publius Cornelius Scipio (Africanul) în anul 202 î.Hr.?
4. Ce mare poet al Antichităţii a scris epopeea eroicomică „Bătălia broaştelor cu şoarecii"?
5. Ce pictor rus (1817-1900) semnează tabloul „Bătălia de la Chesma"?
6. Cine a compus uvertura simfonică „1812"?
7. Cine a realizat, în 1969, filmul iugoslav „Bătălia de pe Neretva"?

Răspunsurile din numărul trecut

1) În mitologia japoneză zeul dragostei se numea Myo-o. 2) În mitologia scandinavă zeiţa dragostei se numea Freyja. 3) Romanul „Dragoste în vremea holerei" a fost scris de Gabriel Garcia Marquez (1927-2014). 4) Ciclul de lieduri „Dragoste de poet" aparţine compozitorului german Robert Alexander Schumann (1810-1856). 5) Pictura murală „Galaxia iubirii" poartă semnătura lui Sabin Bălaşa (1932-2008). 6) Filmul „Poveste de iubire" a fost realizat de regizorul Glenn Gordon Caron. 7) Sărbătoarea noastră închinată zeului dragostei cu acelaşi nume se numeşte „Dragobete".

Poşta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „În somn" am primit ***7 răspunsuri corecte*** de la următorii prieteni ai rubricii: *Florentina Gorea,* Topliţa; *Mioara Popa,* Iaşi; *Elena Ispas,* Piatra-Neamţ; *Corina Simionescu,* Ploieşti; *Monica Vlad,* Timişoara; *Luminiţa Popescu,* Bucureşti; *Ing. Ion Ciocşan,* Pucioasa; *Gheorghe Enache,* Galaţi; *Florin Mateescu,* Iaşi; *Ing. Mihai Călcăianu* şi *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuş-Bihor; *Prof. Marin Ştefan,* Şimleul Silvaniei şi *Ing. Mihai* Waspusch, Bucureşti.

✉ ***Prof. Marin Ştefan, Şimleul Silvaniei.*** Vă mulţumim pentru materialele trimise şi vă felicităm pentru activitatea dumneavoastră susţinută! *(Irina Stoica)*

MIHAELA CONSTANTINESCU – *Oradea*

Sfaturi practice

Zamioculcas

Este cunoscută în Europa încă din anul 1828 şi a cucerit repede un loc fruntaş în categoria plantelor decorative exotice, mai ales datorită aspectului deosebit al frunzelor groase şi cu aspect cerat, de formă ovală şi de culoare verde intens. Nu necesită îngrijiri speciale.

Acceptă foarte bine temperaturile variind între 18-24ºC. La temperaturi mai joase de 14ºC, planta intră într-un uşor repaus şi îşi încetineşte funcţiile. Trebuie ferită de îngheţ.

Nu se udă în exces. Chiar şi vara, udarea se poate face o dată la 4 zile. Odată ce temperatura scade, şi udarea se face din ce în ce mai puţin. În general, se ţine cont ca pământul să se ude doar când este uscat până la o adâncime de 4-5 cm.

Excesul de apă din sol poate duce la îngălbenirea frunzelor şi la putrezirea rădăcinilor. În zilele foarte călduroase, însă, se poate pulveriza apă pe frunze.

Se dezvoltă bine în spaţii însorite, cu lumină intensă (minimum 4 ore de soare dimineaţa), dar şi în semi-umbră sau în lumină artificială.

Se administrează îngrăşământ pentru plante verzi din primăvară până toamna târziu.

Se poate înmulţi prin divizarea tufelor, prin butăşirea frunzelor. Butaşii se înrădăcinează foarte greu, putând dura chiar şi 6 luni până la apariţia unui vârf.

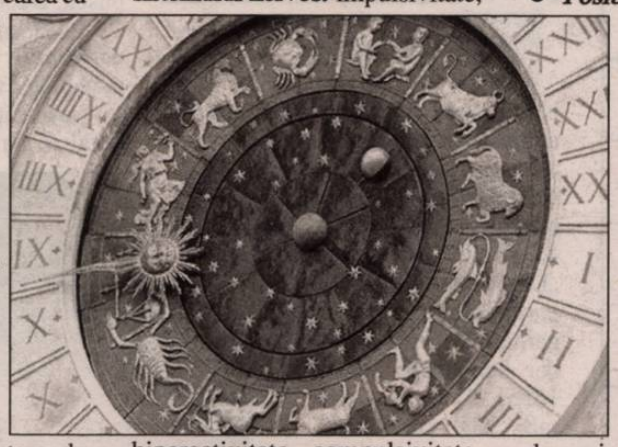
ZODIACUL EUROPEAN

stări, tipologii şi obiceiuri 4

BALANŢA. ● ***Stările nativilor:*** deşi îşi doresc să ducă o viaţă liniştită, îşi găsesc cam greu echilibrul. De obicei calmi, nativii sunt totuşi predispuşi la izbucniri aleatorii de furie. Sentimentul de frustrare îi fac mult mai ezitanţi şi mai duşmănoşi. ● ***Prima impresie:*** sunt rafinaţi, cu un aspect plăcut şi un zâmbet frumos, graţioşi în mişcări, pot deveni foarte vorbăreţi. ● ***Posibile boli ale sistemului nervos:*** anxietate, sentiment instabil al sinelui, hipersomnie, hiperactivitate. ● ***Cafeaua preferată:*** cafea cu lapte. ● ***Ce fac înaintea examenelor:*** se simt siguri pe cunoştinţele acumulate până acum, dar sunt nervoşi. Vorbesc mult cu cei din jur, îşi ocupă mintea cu tot felul de jocuri, doar să nu se mai gândească la probleme.

SCORPION. ● ***Stările nativilor:*** sunt nativii care experimentează cel mai intens modificările de dispoziţie. Trăiesc perioade de bucurie euforică sau de melancolie devastatoare. Când au o stare de spirit proastă, Scorpionii sunt predispuşi la gânduri extrem de întunecate. Când sunt fericiţi, devin extrem de iubitori, energici şi curioşi. ● ***Prima impresie:*** afişează o privire profundă, densă şi un magnetism puternic. Au vibraţii puternice şi emană senzualitate prin toţi porii. ● ***Posibile boli ale sistemului nervos:*** instabilitate emoţională, modificări violente ale dispoziţiei, izolare de sine, gândire în alb-negru. ● ***Cafeaua preferată:*** cafe breve, un espresso pe bază de lapte. ● ***Ce fac înaintea examenelor:*** tind să se izoleze înainte de examene, se concentrează intens şi devin uşor îngrijoraţi, făcându-şi tot felul de gânduri.

SĂGETĂTOR. ● ***Stările nativilor:*** sunt aproape cei mai energici nativi ai zodiacului şi au tendinţa de a experimenta bucuria, exaltarea şi tristeţea. Toate, aproape în acelaşi timp. Ei ne pot surprinde cu emoţiile intense, însă nu vor intenţiona să le şi expună. Cu toată energia pozitivă de care dispun, pot deveni lejer predispuşi la anxietate sau stres. ● ***Prima impresie:*** zâmbăreţi, se entuziasmează şi acumulează informaţiile noi ca un burete, afişează o strălucire caldă. Deşi boemi din fire, emană multă eleganţă în comportament şi ţinută. Energici, uneori un pic cam neliniştiţi, sunt, în general, prietenoşi cu toţi. ● ***Posibile boli ale sistemului nervos:*** impulsivitate, hiperactivitate, compulsivitate. ● ***Cafeaua preferată:*** căutătorii de senzaţii tari ai zodiacului preferă un caramel cu lapte. ● ***Ce fac înaintea examenelor:*** se simt mai degrabă energici şi hiperactivi decât nervoşi. Nu îşi fac prea multe griji, deoarece ştiu că sunt în măsură să îşi regăsească echilibrul. Au obiceiul de a revizui rapid materia, încercând să mai acumuleze câte ceva.



CAPRICORN. ● ***Stările nativilor:*** sunt melancolicii zodiacului. Deşi afişează o expresie calmă, în interior sunt adesea chinuiţi de nervi, anxietate. ● ***Prima impresie:*** întotdeauna impecabili când se prezintă, au simţul umorului şi, de obicei, vorbesc pe un ton moale, liniştit dar şi când sunt scoşi din minţi vor urla cât îi ţin puterile. Au o structură fină a oaselor şi a conformaţiei musculare, deşi sunt extrem de rezistenţi. ● ***Posibile boli ale sistemului nervos:*** gânduri depresive, compulsivitate, tendinţe schizofrenice. ● ***Cafeaua preferată:*** un mic espresso sigur îşi face treaba pentru aceşti nativi. ● ***Ce fac înaintea examenelor:*** au propriile tehnici de revizuire rapidă a materiei şi afişează o stare evidentă de nervozitate.

VĂRSĂTOR. ● ***Stările nativilor:*** au o stare de spirit greu de analizat, deoarece sunt extrem de imprevizibili. Deşi prin natura lor afişează detaşare, sunt cuprinşi de emoţii schimbătoare şi de gânduri care pot lua o turnură neaşteptată. Pe scurt, volatilitatea le caracterizează starea de spirit. ● ***Prima impresie:*** excentrici şi foarte greu de definit. Afişează idei concrete, extrem de creative. Au, în general, trăsături frumoase, ochi luminoşi, emană însă o vibraţie rece. ● ***Posibile boli ale sistemului nervos:*** disociere, insomnie, anxietate. ● ***Cafeaua preferată:*** o alternativă relaxantă pentru cafea este sigur un ceai natural de zmeură. Aceşti nativi vă pot dovedi oricând cât este de inutilă cafeaua. ● ***Ce fac înaintea examenelor:*** simt că se pot baza pe propria minte şi că au mereu în mânecă un As salvator. Preferă să se relaxeze puţin cu câteva jocuri de cuvinte.

PEŞTI. ● ***Stările nativilor:*** nativii care îşi modifică dispoziţia cel mai intens dintre toate celelalte zodii. Sunt vulnerabili şi afişează chiar exagerat sentimentul de bucurie şi de melancolie. Se judecă aspru pe sine şi din această cauză devin foarte nervoşi. Au capacitatea de a absorbi vibraţiile sau capriciile celor din jur. ● ***Prima impresie:*** misterioşi, sensibili, simpatici, se pot adapta uşor aproape la orice. Emană căldură, înţelegere şi trăiesc intens. Sunt destul de timizi şi au tendinţa de a fi curioşi să afle totul. ● ***Posibile boli ale sistemului nervos:*** instabilitate emoţională, modificări violente ale dispoziţiei, sentiment instabil al sinelui, distractibilitate. ● ***Cafeaua preferată:*** În opinia lor, într-o bună zi, ceaiul va înlocui cafeaua, aşa că aceşti nativi vor fi clar deasupra tuturor. Între timp, aşteaptă calmi, pregătiţi pentru valul viitor. Dacă totuşi preferă cafeaua, sigur va fi în combinaţie cu un lichior fin. ● ***Ce fac înaintea examenelor:*** preferă să recitească materia pentru a-şi definitiva cunoştinţele. Au un anumit farmec al norocoşilor. Încearcă să-şi preocupe mintea pentru a nu deveni nervoşi.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Supermedia, jurnalismul în reţea, între *like*-uri şi dezinformare! ■ Submarine şi spioni nazişti ■ Vilnius – oraşul chihlimbarului ■ Aspirina şi cancerul ■ „Miracolul" care ne distruge sănătatea ■ Actori la... înălţime! ■ Fantomele de la Fukushima

Ce spun astrele

HOROSCOP

21-27 martie 2016

BERBEC 21.03-20.04

Firea dumneavoastră uşor războinică generează discuţii legate de o proprietate sau de un împrumut. Este bine să vă consumaţi energia gândindu-vă la prieteni sau la activităţi legate de artă. Este şi acesta un mod de a vă ocupa timpul...

TAUR 21.04-21.05

Vă preocupă câteva sfaturi legate de aspectul personal sau de aranjamente prin locuinţă. Vreţi să fiţi în centrul atenţiei şi faceţi tot posibilul să ieşiţi în evidenţă. Zorul cu care vreţi să rezolvaţi totul vă induce o stare de nelinişte şi vă agită. Chiar şi unele prietenii vi se par dificile acum. Atenţie la izbucniri!

GEMENI 22.05-21.06

Îndrăzniţi să vă îndoiţi de succes? Veţi fi surprinşi de uşile care se vor deschide pentru dumneavoastră. Răsplata vine ca urmare a eforturilor făcute în ultima vreme şi câştigul va fi pe măsură. Vă răsfăţaţi cu o excursie sau vă cumpăraţi ceva ce vă doreaţi de mult.

RAC 22.06-21.07

Parcurgeţi o perioadă când vă găsiţi o mie de motive ca să călătoriţi. Efectiv, aveţi chef să exploraţi lumea, ajutaţi fiind de o stare de spirit sprinţară. Doriţi să vizitaţi localităţi, muzee, să mergeţi la spectacole sau la teatru şi chiar vă faceţi timp pentru astea.

LEU 22.07-22.08

Parcurgeţi o perioadă în care puneţi mare preţ pe relaţiile cu prietenii apropiaţi. Comunicarea cu ei vă face să vă simţiţi mult mai tineri şi vă stimulează. Veţi fi concentraţi însă şi pe stimularea câştigurilor, deoarece aveţi în gând realizarea unor proiecte pentru locuinţă.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Se pare că zilele acestea simţiţi nevoia de mai mult somn, deşi energia mentală este mai trează ca niciodată. Aveţi capacitatea excelentă de a comunica şi de a conversa. Acasă, familia vă cere părerea într-o problemă ce ţine de organizare şi părerea dumneavoastră va fi luată drept excelentă.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Creativitatea este punctul dumneavoastră forte în această săptămână. V-aţi stabilit însă nişte standarde cam ridicate şi, dacă nu sunteţi eficienţi, nu veţi avea nici rezultate pe măsură. Se pare că în weekend, dragostea vă dă târcoale şi vă încolţeşte pe neaşteptate. Trăiţi din plin!

SCORPION 23.10-21.11

Aveţi suficientă energie pentru a vă juca şi a munci. Romantismul este şi el prezent în preajma dumneavoastră şi vă dă un aer boem. Şi acasă au loc câteva schimbări. O veste neaşteptată ce poate afecta un membru mai tânăr al casei vă pune puţin pe gânduri. Nicio grijă, nu e nimic grav!

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Vă concentraţi mai mult pe familie şi pe casă. Acest lucru înseamnă însă că vă veţi contempla şi viitorul. Stabiliţi-vă proiecte clare, pe care să le şi realizaţi şi fiţi realişti. Nu puteţi face totul, dintr-odată. Idei inteligente aveţi, doar să le şi puneţi în practică.

CAPRICORN 22.12-19.01

Săptămâna decurge într-un ritm un pic cam prea agitat şi simţiţi nevoia să vă odihniţi mai mult. Prinşi cu prea multe treburi, vă lăsaţi duşi de val şi uitaţi ceva important. Să vă ocupaţi mai atent de un membru al familiei care este destul de afectat de indiferenţa dumneavoastră.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Aveţi destule motive să fiţi fericiţi. Cei din jur vă admiră pentru entuziasmul debordant pe care îl afişaţi şi nimic nu vă trage înapoi pentru a merge mai departe. Câteva idei strălucite încep să se materializeze şi sunteţi destul de ambiţioşi să le finalizaţi.

PEŞTI 19.02-20.03

Un pic obosiţi? Poate doar nelămuriţi. Este cazul să vă stabiliţi clar direcţia în care vreţi să mergeţi. Vedeţi ce nu funcţionează, ce este neclar şi acţionaţi în acest sens. Sunteţi mai puternici decât credeţi şi puteţi face mult mai multe. Nu vă descurajaţi!

Nativul săptămânii: **WILHELM CONRAD RÖNTGEN** (27.03.1845 – 10.02.1923)

A fost un fizician german, care în anul 1895 a descoperit emisia unor radiaţii penetrante, pe care le-a numit radiaţii X, şi care după moartea sa au fost denumite raze Röntgen. Acest nativ al zodiei Berbec a fost distins în anul 1901 cu Premiul Nobel pentru Fizică.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a alta direct de la cititorii nostri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numarul de telefon:
021 317 89 64

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	6,00 LEI
❑ 2 LUNI	12,00 LEI
❑ 3 LUNI	18,00 LEI
❑ 4 LUNI	24,00 LEI
❑ 5 LUNI	30,00 LEI
❑ 6 LUNI	36,00 LEI

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Abonaţi-vă la magazin

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal spe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701t, contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat la care se adaugă taxa poştală de expediere) sau să achitaţi în conturile bancare indicate la pagina 2 şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni) în conturile societăţii.

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POŞTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722 625 622

Biblioteca Judeţeană MUREŞ

SERIE NOUĂ - 1290 ● ANUL LIX ● 24 MARTIE 2016 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 12 (3040)

magazin

Mail: redactia@revistamagazin.ro

Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Caleidoscop

Atotîncăpătoarea

„GRĂDINĂ" CU MISTICI

Femina club

Lecţii de nutriţie

Mitul caloriilor negative

Dosarele frumuseţii

Secretele franţuzoaicelor

Terapii complementare

POSTUL

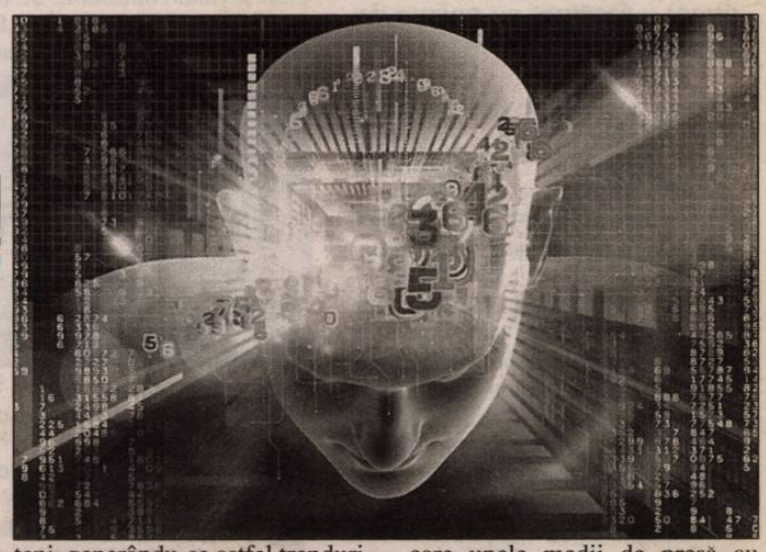
nu ţine doar de credinţă

«Cel mai simplu act de bunătate este mult mai puternic decât o mie de capete ce se pleacă în rugăciune.»

Mahatma Gandi

SUPERMEDIA

jurnalismul în reţea, între like-uri şi dezinformare!



Un studiu recent al Institutului Reuters, preluat de Agerpres, vorbeşte despre rolul jurnalismului în Era Digitală. Presei tipărite i se pune cruce, se pare că asta este strategia.

Despre presa de pe vremea lui, Mark Twain spunea că „cine nu citeşte ziarele este neinformat, cine le citeşte este dezinformat". Iată că Era Digitală impune presa online, cea găzduită de Internet şi reţelele de socializare, o presă virtuală în care cuvintele sunt virtuale, la fel ca şi opiniile, adevărurile sau minciunile, manipularea şi legendele. În presa scrisă existau reguli, de la cele deontologice (a verifica ştirea din trei surse) la cele gramaticale (corectori, supervizori), în presa virtuală fiecare scrie ce îl taie capul, adio deontologie, verificare, corectitudine. Importantă este „opinia", „like"-ul! Azi, orice om dotat cu Facebook şi un dispozitiv mobil (smartphone, tabletă, laptop) poate deveni „jurnalist", iar consumatorul de ştiri înghite orice primeşte.

Sigur, în acest fel, presa tipărită se retrage în tranşee, în faţa asaltului „jurnalismului în reţea", virtual. Despre riscurile acestui nou gen de jurnalism vorbeşte şi Anja Kröll, şefa departamentului pentru ştiri interne şi internaţionale al unui cotidian austriac: „Presa tradiţională se află în mijlocul unei curse nebune într-un *montagne russe* scăpat de sub control. Presa clasică înregistrează pierderi de audienţă, profit şi atenţie din partea publicului", susţine autoarea în materialul publicat pe situl reutersinstitute.

Noua vedetă a Erei Digitale?

Este „un mod de a face presă în care profesioniştii din domeniu colaborează cu publicul larg pentru a obţine produse media de calitate. O astfel de colaborare include relatările primite din partea publicului şi nu în ultimul rând comunicarea permanentă prin intermediul reţelelor de socializare". Idei frumoase, de genul „jurnalismul în reţea ţine cont de natura colaborativă a jurnalismului din prezent: profesionişti şi amatori lucrează împreună pentru a afla adevărul şi a produce o informaţie de presă completă şi cât mai exactă", dar

despre ce informaţii complete şi exacte e vorba atunci când informaţiile online nu pot fi verificate nici măcar la nivelul gramatical.

Charlie Beckett, în lucrarea sa „Supermedia", observă că s-a modificat comportamentul publicului consumator de informaţie de presă. „Prin impactul unor medii precum Facebook, Twitter, YouTube sau WhatsApp, dar şi datorită noilor dispozitive tehnologice care fac aceste medii accesibile oricând şi de oriunde, aşa cum sunt telefoanele mobile inteligente sau tabletele, mulţi oameni nu mai doresc să rămână nişte simpli consumatori de presă care aşteaptă acasă, aşezaţi confortabil, în fotolii, jurnalul de seară pentru a afla ce mai este nou. Ei doresc să îndeplinească roluri active şi să participe la crearea şi diseminarea de conţinut media". Foarte frumos, dar nimeni nu vorbeşte despre *calitatea* acestui nou rol!

Oricine poate emite „opinii" pe Facebook, dar nu orice analfabet se poate insinua în acest nou concept de „Supermedia". Şi cu toate acestea „jurnalismul în reţea" capătă adepţi, chiar dacă nu se cunoaşte deocamdată „calitatea" acestora. Conform Digital News Report (un studiu pe care îl luăm de bun, fără să îi putem verifica sursa), „în urmă cu doi ani, aproximativ 18% dintre britanici au folosit Facebook pentru a afla ştiri. În 2015 acest procent a ajuns la 30%. Tinerii „virtuali" nu sunt interesaţi de presă, ei sunt mai degrabă interesaţi de informaţiile care le sunt semnalate din grupul lor de prieteni, generându-se astfel trenduri în modul în care sunt selectate şi accesate produsele de presă". Or, după cum se poate înţelege, acest mod de a percepe presa nu mai este informare, ci dezinformare.

De la suprasaturare la intoxicare

La ceea ce subliniam mai sus, aderă şi studiul Institutului Reuters. Aşadar, ce se întâmplă atunci când jurnaliştii nu-şi verifică sursele şi informaţiile sau atunci când publicul larg, cu voie sau fără voie, ajunge să disemineze informaţii false doar pentru a strânge *click*-uri sau *like*-uri, fiind la rândul său victima unei manipulări, sau atunci când nevoia publicului pentru o reacţie rapidă duce la pierderea exactităţii produsului jurnalistic? Exemplele sunt numeroase şi zilnice, iată unul mai recent.

Acum un an, pe 24 martie, zborul Germanwings 4U9525 s-a prăbuşit în Alpii francezi. Câteva zile mai târziu opinia publică a aflat că responsabil de acest groaznic accident este Andreas Lubitz, copilotul aeronavei, care s-a sinucis şi a luat cu el 149 de oameni. Confuzia şi dezinformarea s-au strecurat însă aici în contextul în care unele medii de presă au prezentat fotografia unui alt bărbat drept fotografia copilotului criminal, pornind de la nişte mesaje difuzate pe Twitter.

Jurnalişti din întreaga lume, aflaţi sub presiunea de a difuza cât mai rapid noile informaţii sub sigla „breaking news", au preluat această fotografie ce a circulat pe Twitter fără a-i verifica validitatea. Drept consecinţă, fotografia unui om nevinovat, Andreas G., a fost prezentată de presă drept fotografia unui criminal! Şi acest lucru este posibil din cauza faptului că pentru reţea nu există un control al calităţii şi un cod deontologic.

Şi astfel, chiar dacă se ştie că foarte multe dintre informaţiile publicate online nu sunt adevărate, ziarele şi alte medii de presă folosesc în continuare Facebook ca pe un valoros instrument de cercetare! Se aduce în discuţie necesitatea discernământului, a credibilităţii informaţiilor online. Numai că publicul nu are un discernământ măsurabil şi în plus nu se arată deloc interesat de credibilitate, de vreme ce nu au nici un mijloc de verificare. Câtă vreme există o supraîncălzire informaţională, verificarea şi credibilitatea cad pe ultimul loc.

Consumatorul trăieşte cu ideea plăcută că „se informează". Atunci când el nu este decât dezinformat. Uneori, jurnalismul poate fi ajutat de amatorii care deţin un smartphone, şi care se află la locul potrivit înaintea jurnaliştilor profesionişti. Din păcate, calitatea informaţiilor, dincolo de fotografii sau imagini, lasă de dorit. Atâta vreme cât important nu e trandafirul, ci „like"-ul!

907.781 Biblioteca Judeţeană MUREŞ

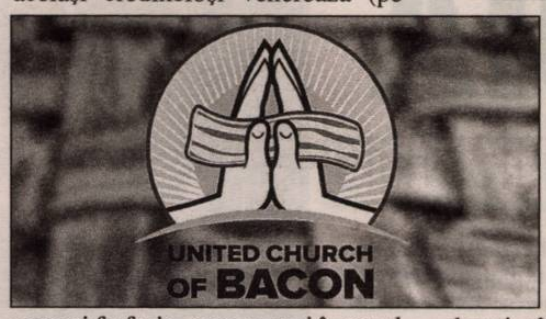
ATOTÎNCĂPĂTOAREA

„grădină" cu mistici

E cam de-ajuns un fel de guru care să nu aibă toţi boii acasă şi ne-am aranjat de (încă) o făcătură cu nuanţe de misticism.

De obicei le spunem secte unor asemenea grupuri şi grupuleţe de indivizi duşi cu pluta, pesemne lipsiţi de alte preocupări, astfel încât caută să iasă în evidenţă atribuind calităţi divine unor făpturi ori lucruri inerte la care nici cu gândul nu gândeşti. Vă vom descrie succint câteva dintre acestea, având aproape certitudinea că – să ne păstrăm în ton cu subiectul – la finalul lecturii vă veţi face cruce!

● ***Sfânta biserică a Şuncii.*** Ei, da: Şunca, fie că are sau nu în compoziţie niscaiva porc, fie că e fabricată din înlocuitori, poate deveni – evident! – ceva divin. Cel puţin asta cred câţiva pioşi americani, pentru care obiectul adoraţiei, spre deosebire de alte zeităţi, este perfect tangibil şi chiar comestibil. Şi, probabil să nu li se-aplece de atâta „Bacon", aceiaşi credincioşi venerează (pe



aceeaşi farfurie, cum ar veni în cazul lor) şi gogoşile. Bine măcar că, în toată nebunia lor, respectivii au un numitor comun cât se poate de domestic: umor şi poftă de viaţă.

● ***Religia Bullet Baba.*** Să nu vă gândiţi la vreun prinţ al petrolului: indianul Om Singh Rathore, supranumit şi Bullet Baba, a fost membrul unei familii influente din statul Rajasthan, dar mai ales un motociclist admirat de comunitate, el „afirmându-se" la ghidonul unei splendide Royal Enfield 350 CC. Din păcate, într-o zi a făcut cunoştinţă în mod brutal cu un copac, omul a murit, iar poliţia a dus vehiculul mutilat la fiare vechi. Povestea spune însă că a doua zi motocicleta era iarăşi la locul accidentului şi scenariul s-a tot repetat până ce oamenii legii s-au lăsat păgubaşi. Au apărut în schimb habotnicii, care au ridicat la locul cu pricina un temple în care se pot ruga liniştiţi la... motorul fatal.

● ***Dudeismul.*** Cei care au vizionat filmul „Marele Lebowski" îşi amintesc, desigur, de Dude – un personaj oarecare de film, la urma-urmei, dar care a marcat profund anumite conştiinţe, până la a deveni pentru unii o adevărată divinitate. Mai ales că preceptele acestei „religii" sunt tare uşor şi comod de urmat: să nu te speteşti cu munca, să dormi când îţi vine cheful, să joci popice şi să bei White Russians. În schimb, e un mare păcat – pardon! – să urinezi pe covor. Într-o lume normală e logic, dar unii trebuie să o afle în mod cu totul special, desigur! Şi încă nu e tot...

Pulsul Planetei

Preţul dur al libertăţii

Animalele dresate care execută diverse numere de circ sunt chinuite. Condiţiile de captivitate, transportul pe distanţe lungi în vagoane, eforturile pe care le fac pentru a răspunde comenzilor dresorilor – deseori cu lovituri de bici – sunt deosebit de stresante, frustrante dar, cu toate astea,

animalele sunt docile, active, lăsând impresia că s-au adaptat perfect mediului circului. Imaginea unui elefant femelă care, după 42 de ani de activitate într-un circ din India, a fost eliberată în urma intervenţiei organizaţiei Wildlife SOS într-o rezervaţie cu vaste spaţii verzi, a făcut înconjurul lumii. În atitudinea pachidermului tolănit pe sol se poate citi limpede nevoia de a se odihni, dorinţa de a lăsa în urmă un trecut dureros.

După ce a fost eliberat, s-a îndreptat spre un bazin cu apă, de care n-a avut parte în captivitate, în care s-a zbenguit ca un copil. Apo a pornit cu forţe împrospătate în inima rezervaţiei unde l-a aşteptat o mare şi încântătoare surpriză: reîntâlnirea cu un fost companion de circ – o femelă – de care nu s-a mai despărţit.

Beton antiîngheţ

Un nou tip de beton bituminos a fost realizat de specialiştii din cadrul Universităţii din Nebraska, materialul utilizat având particularitatea de a topi gheaţa, zăpada şi poleiul. Betonul, care presupune costuri mari de fabricaţie, nefiind aşadar, rentabil, va acoperi doar şoselele sau tronsoanele cele mai expuse intemperiilor, care prezintă un înalt grad de periculozitate. Sunt vizate şoselele în pantă, podurile, intersecţiile, ieşirile din autostrăzi, aeroporturile şi alte zone de risc.

Materialul clasic conţine în proporţie de 20% aşchii de oţel şi particule de carbon, materiale conductoare care asigură propagarea căldurii produsă de o sursă electrică. Betonul nu prezintă niciun pericol de electrocutare, este benefic şi pentru mediu, eliminând utilizarea sării şi a unor produse chimice care afectează structura asfaltului.

DORIN MĂRAN

Despre dărnicie

Să vorbim corect!

„Este un om *darnic* şi *generos*". Această exprimare o auzim adesea în jurul nostru, din nefericire, chiar la unele posturi tv.

Greşeala, respectiv pleonasmul, este cauzată din dorinţa de intensificare a sensului şi de o uşoară confuzie. Pentru mulţi, generozitatea înseamnă ceva mai mult decât dărnicia dar de fapt este acelaşi lucru.

„Darnic" este definit de dicţionar: „Căruia îi place să dea, să facă daruri, generos, mărinimos" în timp ce în dreptul adjectivului „generos" putem citi: „Care este gata să ajute în mod dezinteresat pe alţii; mărinimos; darnic".

Tot greşite sunt combinaţiile: „darnic şi mărinimos", „darnic şi culant", „mărinimie şi dărnicie", „culant şi mărinimos" şi altele asemănătoare. *(I.S.)*

Starea de veghe

Criza mondială a apei

Vorbim despre o realitate halucinantă: circa 4 miliarde de oameni de pe Planeta Albastră, din care aproape 2 miliarde numai în China şi India cunosc o penurie severă de apă dulce, cel puţin o lună pe an, conform unor studii americane!

În acelaşi timp, aproximativ 500 de milioane au asemenea probleme pe parcursul întregului an. Iar cifrele avansate recent sunt cu mult mai alarmante decât cele precedente, care estimau populaţia afectată la 1,7–3, 1 miliarde.

Rezultatele cercetărilor ar putea fi utilizate de guvernele lumii şi de marile întreprinderi pentru a dezvolta strategii mai eficace de gestionare a apei, astfel încât să se satisfacă nevoile urgente ale populaţiei. Ar putea, dar... Scenariile sinistre din filme (aparent) de ficţiune, în care se prefigurează un viitor al războaielor – nu neapărat pentru petrol şi aur şi alte asemenea bogăţii, ci pentru apa potabilă, nu mai par atât de neverosimile.

Ceea ce ar trebui să observăm cu toţii şi să nu ignorăm nicio clipă se numeşte risipă, se numeşte consum la modul deşănţat. Există cu precădere în Europa şi în America de Nord oraşe care consumă mai multă apă decât o întreagă ţară africană ori asiatică săracă. Şi unde lăcomia multinaţionalelor „nomade" secătuieşte pânzele freatice numai şi numai pentru obţinerea rapidă şi fără prea

mari cheltuieli de profituri cât mai mari, după care se mută în altă parte a lumii, unde mai există şi apă, şi săraci dispuşi să-şi vândă munca pe un colţ de pâine, răbdând de sete chiar la ei acasă. Nu în ultimul rând, sporul demografic scăpat de sub control şi aşa-numita îmbunătăţire a nivelului de trai fac ravagii. Pentru că, da, e o ameliorare a vieţii cotidiene pentru o parte a populaţiei, însă în compensaţie alţi oameni mor de sete la modul cel mai concret, dacă ne putem exprima astfel.

Am putea menţiona rapid unele dintre cele mai afectate ţări din acest punct de vedere: de la Bangladesh la Nigeria, de la Pakistan la Mexic, dar aflaţi că şi teritorii importante din SUA au aceeaşi problemă (Texas şi Florida, mai ales). Totuşi, să ne gândim la această problemă vitală măcar vara, când lăsăm apa să curgă în neştire – pe balcon ori în grădina personală ori pentru scăldatul maşinii – sub „sloganul" primitiv „Eu consum, eu plătesc!"

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

ECHIPA DE SERVICIU:
Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66

GEORGE CUŞNARENCU
Redactor şef

ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L.
Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

Tiparul: **TIPOMEDIA PROD S.R.L.**

Ploaia, prezisă la minut!

De multe ori vi s-a întâmplat, probabil, să vă luaţi după predicţiile meteo şi fie să muriţi de cald într-o zi când se anunţa frig, fie să fiţi făcuţi „ciuciulete" într-o zi când nu era prevăzut nici un strop de ploaie. Cu ajutorul unui serviciu meteo disponibil, deocamdată, în SUA, Canada, Marea Britanie, Japonia, Franţa, Germania, Olanda şi Spania, asemenea neplăceri vor deveni amintire.

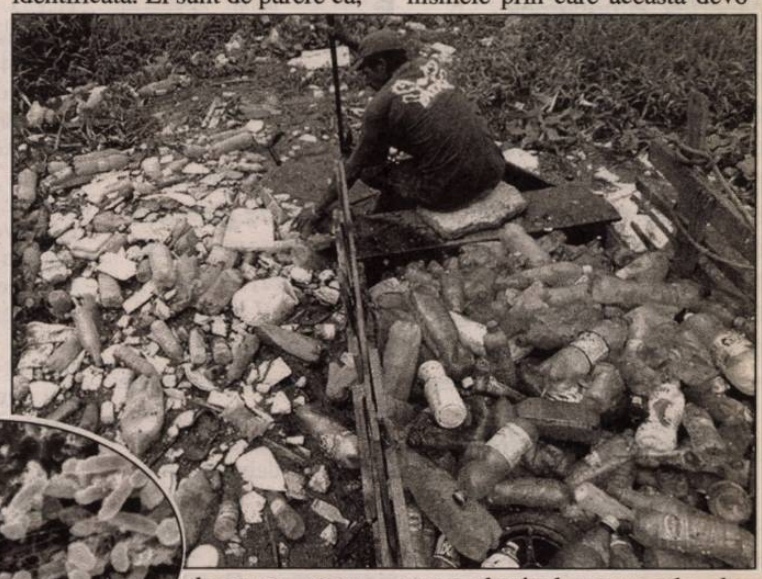
MinuteCast oferă predicţii meteo în timp real pentru orice locaţie şi poate spune cu precizie dacă în următoarele două ore va ploua, când se va porni ploaia şi când se va opri. Tehnologia este valabilă acum şi pe telefonul mobil, iar informaţiile transmise de sateliţii meteorologici sunt actualizate la fiecare cinci minute.

Inclusiv sportivii de performanţă sau cei amatori o pot folosi, prin intermediul unui ceas inteligent numit Garmin, care, atunci când aleargă prin parc, de exemplu, îi avertizează tot în timp real că în cartierul lor va ploua, de pildă, peste exact 25 de minute, iar ploaia va dura un sfert de oră!

BACTERIA CARE MĂNÂNCĂ PLASTIC!

Un microb minuscul ar putea, în viitorul nu foarte îndepărtat, să distrugă 50 de milioane de tone de tereftalat de polietilenă. Acest material plastic, folosit la fabricarea majorităţii recipientelor de apă, suc sau alte băuturi – aşa-numitele PET-uri – este considerat unul dintre cele mai dăunătoare pentru mediu.

Cercetătorii japonezi au descoperit însă o bacterie care îşi foloseşte enzimele pentru a transforma plasticul în carbon, într-un proces compus din două etape. Mai întâi, PET-ul este destructurat în acid tereftalic mono (2hidroxetil) sau MHET, iar acesta hidrolizează, transformându-se în monomeri benigni, de acid tereftalic, respectiv de etilenglicol. Cei care au identificat bacteria – două echipe de cercetători de la Institutul Tehnologic Koto şi de la Universitatea Keio – au analizat 250 de mostre de sol, apă reziduală şi sedimente de la o uzină de reciclare a PET-urilor din Japonia. Aici, savanţii au găsit bacteria ataşată de peliculele de plastic. Ei au numit-o *Ideonella sakaiensis,* după Saka, numele oraşului unde a fost identificată. Ei sunt de părere că, deoarece acest tip de plastic a fost inventat cu 70 de ani în urmă, bacteria şi-a dezvoltat treptat capacitatea de a-l destructura şi devora. Savanţii japonezi au observat că, în număr suficient de mare, bacteriile au capacitatea de a distruge o peliculă de PET în doar şase săptămâni, la o temperatură de 30ºC. Ei speră că, studiind mai bine bacteria, să afle mecanismele prin care aceasta devorează plasticul, pentru a le „dresa" şi pe alte bacterii să aibă un comportament similar. Descoperirea este, oricum, colosală, mai ales în condiţiile în care, potrivit estimărilor, în următorii 30 de ani, cantitatea de deşeuri din plastic din oceanul planetar ar putea-o depăşi pe cea de peşte!



Ideonella sakaiensis

Cine se aseamănă, se adună!

V-aţi gândit vreodată că există o asemănare fizică inexplicabilă între prietenii dvs şi partenerii lor de viaţă? V-aţi întrebat dacă doi oameni pe care i-aţi văzut trecând pe stradă sunt soţ şi soţie sau frate şi soră?

Aşa cum au stabilit savanţii, pământenii sunt „setaţi" să caute parteneri de viaţă asemănători părinţilor lor – dar numai dacă au avut o relaţie bună cu aceştia din urmă în copilărie. Asemănările nu se opresc la aspectul facial, ci şi la înălţime, culoarea ochilor şi a părului.

De pildă, în imaginile alăturate se observă că soţul Angelinei Jolie, Brad Pitt, seamănă izbitor cu tatăl

actriţei, Jon Voight, în tinereţe. Oamenii de ştiinţă ştiau că această „atracţie" este des întâlnită la păsări, mamifere şi peşti, care-şi aleg parteneri pe baza asemănării acestora cu părinţii lor, dar este prima oară când ipoteza e confirmată şi la nivel uman. Studiind chipurile membrilor a 52 de familii de voluntari, cercetătorii de la Universitatea din Pecs, Ungaria, au descoperit că femeile aveau relaţii cu bărbaţi care semănau mult cu taţii lor, inclusiv în privinţa aspectului nasului sau a mărimii şi formei maxilarului. La rândul lor, bărbaţii erau atraşi de femei care semănau cu mamele lor.

Fenomenul, numit „imprimare sexuală" pare a fi o formă de adaptare la mediu, menită să-i ajute pe tineri să găsească mai uşor un partener compatibil, iar savanţii maghiari sunt de părere că preferinţele faţă de modul cum ar trebui să arate „partenerul ideal" apar încă din copilărie.

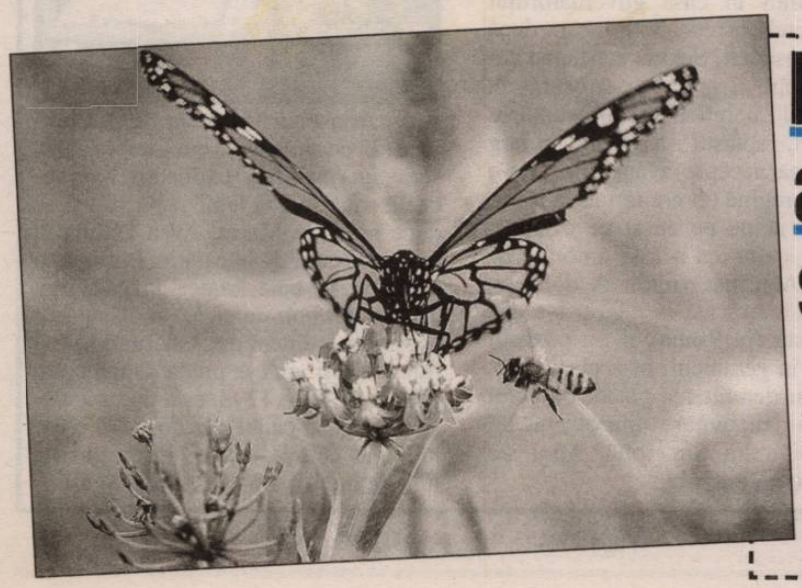
Autoservire cu... telefonul

Un magazin din Suedia a depăşit o nouă barieră în domeniul tehnologiei. Nu există vânzători, iar cei care vor să cumpere ceva de aici pot descuia singuri uşa magazinului, apoi fotografiază produsul dorit cu telefonul mobil şi plătesc contravaloarea lui, folosind o simplă aplicaţie.

Magazinul funcţionează non-stop, iar cumpărătorii pot decide chiar produsele pe care ar vrea să le vadă pe rafturi, astfel că proprietarul să le achiziţioneze cât mai grabnic. Iniţiativa i-a aparţinut unui anume Robert Ilijason din oraşelul Viken, care a proiectat şi aplicaţia necesară, aprobată, ulterior, de compania Apple.

Tânărului i-a venit această idee după ce a rămas, într-o noapte, fără lapte praf pentru bebeluşul său şi a fost nevoit să străbată 20 km cu maşina, până la cel mai apropiat supermarket deschis la ora aceea. Pentru a intra, clienţii fideli trebuie să tasteze la Interfon un cod numit Bank ID, care este soluţia folosită în Suedia şi de bănci, pentru identificarea clientului, şi apoi să pozeze produsele cumpărate, trimiţând poza proprietarului. Ei sunt apoi „taxaţi" la sfârşitul lunii pentru cumpărăturile făcute.

Ilijason spune că nu se teme că ar putea fi furat: „Codul bancar îmi dezvăluie imediat istoricul clientului şi acesta nu va putea să cumpere dacă nu are un istoric curat al cărţii de credit. De asemenea, fiecare centimetru pătrat al magazinului este supravegheat de cel puţin o cameră de luat vederi. Văd tot ce mişcă înăuntru", a precizat el.



Dispar albinele şi fluturii

Potrivit unui raport al Naţiunilor Unite, mai multe specii de albine sălbatice, fluturi şi alte insecte care polenizează plantele sunt ameninţate cu dispariţia şi de aceea unele rezerve de hrană ale omenirii s-ar putea afla, de asemenea într-o situaţie riscantă. Cele circa 20.000 de specii de insecte care fac polenizare sunt cruciale pentru culturi agricole în valoare de sute de miliarde de dolari – de la fructe şi legume până la cafea sau cacao.

Astăzi însă, tocmai din cauza practicării intensive a agriculturii, a pesticidelor şi a pierderii habitatelor, 2 din 5 asemenea specii sunt pe cale de extincţie. Deja două dintre speciile de gărgăriţă din Marea Britanie şi una din Statele Unite au dispărut, în vreme ce statisticile arată că din cele 5,5 milioane de stupi de albine care existau în America în 1961, astăzi nu mai există decât 2,7 milioane.

Pentru a contracara această situaţie, guvernul britanic a luat deja măsuri, stimulând financiar fermierii care cultivă nu doar culturi agricole, ci şi plante sălbatice, pentru ca albinele să aibă surse de polen, dar şi pe cei care folosesc îngrăşăminte naturale în locul pesticidelor, nocive pentru insecte.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

SUBMARINE
şi spioni nazişti

În timpul celui de-al Doilea Război Mondial, submarinele germane au reprezentat o mare ameninţare pentru navele aliaţilor, care din ordinul lui Hitler erau scufundate fără a se acorda ajutor supravieţuitorilor. Führer-ul ştia puterea flotilei de submarine şi s-a înconjurat de generali cu mare experienţă. Cei mai importanţi comandanţi ai „Kriegsmarine" au fost Erich Reader, Hans-Georg Friedenburg şi Karl Dönitz – cel propus preşedinte al Germaniei în testamentul lui Hitler.

Agentul George John Dasch

Debarcări secrete

Unul dintre cele mai faimoase submarine ale „Kriegmarine" a fost U-202. El a fost lansat în 1940, sub comanda căpitanului Hans-Heinz Linder. Era un submarin puternic, de 770 de tone, cu o lungime de 67 de metri, cu submersie la peste 200 de metri adâncime. La suprafaţă putea atinge o viteză de 32 kilometri la oră, iar în submersie 14 km pe oră. Până să fie distrus de aliaţi, U-202 a efectuat nouă misiuni. Prima a fost în 1941, iar ultima s-a terminat la 2 iunie 1943 (când a fost scufundat de britanici).

Plecarea în misiuni se făcea din Brest, Franţa. În cursul patrulărilor sale criminale, submarinul U-202 a distrus nouă vase comerciale şi a avariat alte patru. Din punct de vedere al spionajului, U-202 a debarcat în secret pe coasta SUA, la 12 iunie 1942, patru agenţi cu misiuni de sabotaj – parte componentă a „Operaţiunii Pastorius" (plasare de agenţi sabotori în obiective strategice americane, condusă de amiralul Wilhelm Canaris, şeful Abwehr-ului). Zona aleasă pentru debarcarea spionilor a fost Amananset, statul New York, la aproape 200 kilometri de marea metropolă. Liderul agenţilor a fost George John Dasch. Printre obiectivele de atacat erau hidrocentrala Cascadei Niagara, fabrici de armament, pasaje rutiere şi poduri strategice etc. În cele din urmă, Dasch a fost prins de FBI şi a trădat, prezentând date americanilor despre strategia navală nazistă. A fost condamnat la 30 de ani de închisoare.

Submarinul U-202

Submarinul german U-123 a fost lansat la apă, la Bremen, în 1940. A fost condus de căpitanul Karl Heinz Moehle, cu un echipaj de 33 de oameni. Avea 1.051 de tone şi o lungime de 79 de metri. Performanţele erau similare cu U-202. Spre deosebire de acesta, U-123 a efectuat 12 misiuni. Până în 1944, când a fost dezafectat în portul Lorient (Franţa). Acest temut ucigaş al adâncurilor a distrus 42 de nave ale aliaţilor şi a avariat trei vase de război. La 29 noiembrie 1944, U-123 a lăsat la ţărmul american doi agenţi nazişti, Erich Grimpel şi William Copelaugh. Debarcarea s-a făcut în Golful Francezului din statul Maine (la Atlantic). Numai că în drum spre New York, Copelaugh l-a părăsit pe Grimpel şi a depus mărturii la FBI. A fost condamnat la moarte, dar i s-a comutat pedeapsa. A fost eliberat în 1955, de la Alcatraz.

Avalanşa de agenţi sabotori

Chiar înainte de 11 decembrie 1941 (la 7 decembrie se desfăşurase atacul de la Pearl Harbor), data la care Germania şi Italia au declarat război SUA, Abwehr-ul trimisese agenţi în mari oraşe americane pentru spionaj şi mai ales sabotaj. O dată cu declanşarea primelor explozii suspecte la obiective importante, FBI a pornit vînătoarea de sabotori „treziţi din adormire". Au fost operate multe arestări de succes. Cea mai mare reuşită a fost distrugerea „Cercului de spioni Duquesne" (33 de membri) din New York.

Fotodocument

Ribbentrop şi Ion Antonescu

În ianuarie 1943, Ion Antonescu şi ministrul de externe al lui Hitler, Joachim von Ribbentrop, se întâlneau la München. România intrase în război alături de Germania, sub promisiunile teritoriale făcute de Berlin. În 1940, Antonescu îl obligase pe Carol II să abdice în favoarea principelui Mihai, moştenitorul tronului. Ribbentrop a fost executat prin spânzurare în 1946 (după Nüremberg), de către sergentul major SUA John Woods. Antonescu a fost executat prin împuşcare, la 1 iunie 1946.

Scurte povestiri
cu memorie lungă

Sacrificiul Lucretiei şi Republica Romană

Un eveniment dramatic care a avut în centrul său o femeie romană liberă („matroană") a determinat o rebeliune antimonarhică şi trecerea Romei de la guvernarea tiranică a regelui la stadiul de republică. Acea matroană (în sensul antic roman) era nevasta lui Lucius Tarquinius Collatinus, guvernator şi rudă îndepărtată a regelui Tarquinius Superbus („Înfumuratul"). Acesta venise la putere în urma mai multor crime făcute asupra familiei fratelui său mai mare şi instaurase un regim despotic la Roma.

În acele vremuri (secolul VI î.Ch.), exista Regatul Romei fondat tradiţional în anul 753 o dată cu organizarea aşezărilor de pe Colina Palatină, de-a lungul Tibrului, în Italia centrală. Primul rege a fost Romulus. Este acceptat faptul că în total au fost şapte regi, cu o medie de domnie de 35 de ani. Doar 244 de ani a durat acest regat, şi asta din cauza unei femei libere şi demne, pe nume Lucretia, fiica lui Spurius.

În anul 509 î.Ch., regele Superbus trebuia să facă faţă asediului comunei Ardea din Lazio de azi (35 kilometri de Roma). Duşmanul erau membrii triburilor Rutulilor („Blonzilor"). Şi-a trimis fiul, pe Sextus, să facă un popas militar în localitatea Collatia, unde a fost găzduit în casa guvernatorului Lucius, soţul Lucretiei. Într-o seară, după ce a fost ospătat, Sextus a aşteptat căderea nopţii şi apoi s-a strecurat în dormitorul Lucretiei. Sub ameninţarea unui cuţit, făptaşul i-a propus un târg ruşinos: să accepte avansurile şi s-o facă apoi regină (el era urmaş la tron), sau o va ucide pe ea şi pe o slugă, pentru a spune că a fost omorâtă de aceasta. A urmat violul. A doua zi, Lucretia, îmbrăcată în negru, s-a dus la tatăl său (la Roma) şi i-a povestit umilinţa în genunchi. În acelaşi timp, femeia cu demnitatea pătată i-a cerut părintelui răzbunare împotriva lui Sextus şi a lui Superbus. Apoi s-a sinucis cu un pumnal...

Junius Brutus a cerut alungarea lui Superbus în Forumul roman şi a jurat răzbunare. Acest Brutus (se spune că era un înaintaş al lui Brutus care l-a ucis pe Julius Caesar) a condus apoi revolta împotriva regelui (conform cu „Ad Urbe Condita" de Titus Livius). Regele şi fiul său infractor au fost alungaţi. Roma a devenit republică, având drept conducători doi consuli – primii doi au fost Brutus şi Collatinus, tatăl Lucretiei.

Trădătoarea pe eşafod

Convingerile ideologice asociate cu gesturi criminale reprezintă numitorul comun al unor femei care au recurs la asasinate politice. Una dintre cele mai cunoscute ucigaşe politice este franţuzoaica Charlotte Corday.

Strănepoată a lui Pierre Corneille şi călugăriţă până la 23 de ani, Charlotte a simpatizat cu Revoluţia franceză, dar apoi s-a alăturat girondinilor împotriva iacobinilor, cei care au iniţiat Regimul Terorii şi cunoscutele masacre. Unul dintre ideologii Terorii

a fost Jean-Paul Marat. În 1793, Charlotte (25 de ani) pleacă din Caen la Paris, scrie un manifest explicativ („Francezilor iubitori ai legii şi păcii") şi se duce acasă la Marat. Avea ascuns în eşarfă un cuţit de bucătărie. Bărbatul o primeşte în baie (stătea în cadă din cauza unei boli de piele) şi discută cu ea. La un moment dat, tânăra femeie îl înjunghie şi apoi se predă. După patru zile, la 17 iulie 1793, este decapitată.

Călăul ia capul din coş şi îi trage indignat câteva palme. Primeşte trei luni de închisoare pentru acest gest.

Astăzi în istorie

24 martie 1603

Moare regina Elisabeta I a Angliei

Ultimul suveran al Casei dinastice Tudor – iniţiată de Henry VII de Lancaster (trandafirul roşu) – a fost regina Elisabeta I a Angliei şi Irlandei. A fost de confesiune anglicană (protestantă) şi încoronarea ei a fost ultima desfăşurată în limba latină. Toate care au urmat s-au desfăşurat în limba engleză.

Domnia Elisabetei a fost una de mare importanţă în istoria Angliei. Pe parcursul celor 44 de ani şi 127 de zile de domnie, decizii istorice şi războaie de mare anvergură s-au desfăşurat cu succes. A făcut şi o reformă religioasă, în sensul că a respectat confesiunea protestantă, dar nu a vrut să-i irite pe catolici. În mod curios, ea purta un crucifix, specific romano-catolicilor. Cum la încoronare nu exista un arhiepiscop de Canterbury, ea îl va numi pe preotul mamei sale, Mathew Parker, primul arhiepiscop de Canterbury.

Rămâne un mister motivul pentru care regina nu s-a căsătorit niciodată. A existat un episod sentimental cu Robert Dudley (căsătorit), care s-a terminat nefavorabil. Un mare pretendent la mâna ei a fost Filip al II-lea al Spaniei, dar l-a refuzat. De altfel, împotriva Armadei Spaniole Anglia obţine o victorie excepţională, prin marea contribuţie a lui Francis Drake.

Elisabeta I s-a străduit să menţină relaţii cordiale cu ţarul Rusiei Ivan al IV-lea cel Groaznic, mai ales din punct de vedere comercial. După moartea lui Ivan, legăturile s-au deteriorat. În Franţa, ea îl sprijină pe Henri al IV-lea să acceadă la tron, pentru a slăbi influenţa spaniolilor la Canalul Mânecii. Diplomată subtilă, ea reuşeşte să stabilească relaţii diplomatice cu Imperiul Otoman, pentru ţinte comerciale (a fost prietenă cu sultanul Murad al II-lea). Monarhiile catolice erau îngrijorate din acest motiv, pentru că Anglia exporta materii prime pentru arme şi muniţii înaltei Porţi. Elisabeta I nu a fost o patroană a artelor, deşi a fost contemporană cu Shakespeare. A murit la 69 de ani, în 1603.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Paradoxul lui Fermi şi „Marele Filtru”

Universul, chiar şi Terra, ar trebui să colcăie de activitatea diverselor civilizaţii; cu toate astea, cel puţin oficial, nu-i vedem pe nicăieri. În 1950, fizicianul italian Enrico Fermi, creatorul primului reactor nuclear şi numit „arhitectul erei nucleare”, se zice că a spus „ar trebui să fie aici; unde sunt?” De atunci, această întrebare retorică este numită „Paradoxul lui Fermi”.

Să fim oare singura civilizaţie în acest imens Univers? E o idee pe care nici cei mai sceptici astronomi nu o acceptă (iar mai nou nici măcar reprezentanţii anumitor culte religioase). În 1961 astronomul Frank Drake a propus o faimoasă ecuaţie pentru a calcula cam câte civilizaţii ar putea exista în galaxia noastră. Iniţial estimările făcute cu această ecuaţie s-au situat între 1000 şi 100 de milioane de civizaţii. Ulterior cifrele au fost ajustate, rămânând însă cam în aceeaşi plajă. În medie se acceptă că ar putea fi în jur de 100.000 de civilizaţii. Dar, atenţie, calculele privesc doar galaxia noastră, nu întregul Univers, care este de o sută de miliarde de ori mai mare! Deci civilizaţii trebuie să existe. Unde sunt?

Pentru a explica acest paradox, au fost enunţate nenumărate teorii. O astfel de teorie, emisă într-un eseu publicat în 1998, de un profesor de economie pe nume Robin Hanson, este cea a „Marelui Filtru”. Conform ei, în drumul vieţii către o civilizaţie, apar paşi evolutivi şi praguri care pot fi trecute sau nu. Este ca şi cum evoluţia se apropie de o barieră şi încearcă să o traverseze, iar uneori reuşeşte, alteori nu. Între acestea există – spune Hanson – o barieră pe care aproape nicio specie nu reuşeşte s-o treacă, barieră pe care el o numeşte „Marele Filtru”.

De la bacterii la civilizaţii

În iulie 2015, jurnalistul de ştiinţă, i-a luat un interviu pe această temă, pentru compania media „*Mic*”, lui Robin Hanson. Acesta a precizat: „Din moment ce nu vedem civilizaţii acolo, probabil calea de la bacterii la civilizaţii trebuie să fie dificilă... Ceea ce reprezintă o mare necunoscută pentru noi sunt paşii următori, paşii prin care încă nu am trecut. S-ar putea prea bine ca încercările cele mai dure să fie cele care urmează”.

Există trei grupuri de gândire pe această teorie. Primul se numeşte în mod obişnuit „ipoteza Pământului Rar”: Omenirea a trecut deja Marele Filtru, ceva pe care niciun alt concurent nu a fost în stare să-l facă, iar acum suntem singuri în Univers în timp ce toate celelalte inteligenţe au murit încercând să-l treacă. Al doilea este că am trecut primii bariera şi că doar recent au apărut, în Univers, condiţiile potrivite pentru această performanţă. Cea de a treia şi cea mai deprimantă posibilitate este că Marea Barieră este în faţa noastră, că mai există cel puţin un obstacol înainte ca să putem deveni o civilizaţie avansată şi că este foarte puţin probabil că vom şti cum să facem asta. Dar alte rase cosmice puteau să ne-o fi luat înainte.

Dacă astronomii sunt corecţi privind vârsta Universului, înseamnă că, în primii aproape zece miliarde de ani, Pământul nici nu a existat. În acest timp se puteau întâmpla multe. De pildă, putea să existe şi să prospere o ipotetică Planetă X, care s-a născut în urmă cu 8 miliarde de ani, deci este mai bătrână decât Pământul cu 3460 de milioane de ani. Cu cât ar putea fi mai avansată, faţă de noi, o civilizaţie de pe planeta X? Un răspuns depăşeşte înţelegerea noastră. Dar Plenke sugerează o comparaţie: de la dispariţia dinozaurilor s-au scurs „abia” 66 milioane ani, timp în care, de la strămoşii noştri de atunci, care erau un soi de şobolani, noi am ajuns în epoca telefoanelor inteligente. Ne putem imagina câte s-ar mai fi putut întâmpla în aproape trei miliarde şi jumătate de ani, un interval de timp de cincizeci de ori mai mare... Evident, pu-

nând şi problema dacă viaţa inteligentă a evoluat în acelaşi ritm... sau dacă cumva nu a mai evoluat deloc...

Hanson a continuat interviul pentru *Mic* precizând că „filtrele” ar putea fi „netede sau cu cocoloaşe”. Un filtru neted ar fi în cazul în care totul este un pic cam greu şi există o mulţime de etape prin care trebuie să trecem pentru a răzbi. El spune că ar fi de preferat un „filtru cu cocoloaşe”, în care lucrurile grele sunt toate într-un loc sau în două.

S-ar putea ca unele civilizaţii să se fi lovit deja de aceste bariere şi să fi triumfat asupra lor. Dar asta încă nu înseamnă că vom putea stabili o comunicaţie cu ele. Deci „civilizaţiile avansate ar putea fi acolo, dar există o mulţime de motive pentru care nu vor ridica telefonul”.

Popularizatorul american de ştiinţă Bill Nye, a declarat pe forumul *Think Big* că noi ascultăm pentru a descoperi alte civilizaţii de ceva mai mult de 50 de ani. „Pentru mine, paradoxul Fermi este ceva ce ne conduce mai departe”. El consideră că încă nu am ascultat suficient de mult... iar a asculta Cosmosul este o obligaţie a oricărei societăţi civilizate... Dar chiar dacă o civilizaţie implică şi mijloace de comunicare, într-un interval atât de mare ca 13,8 miliarde de ani, cât e vârsta Universului, „există o mulţime de posibilităţi ca să ratezi întâlnirea cu celălalt”. Existenţa omului pe Pământ este atât de recentă şi atât de scurtă încât nişte ipotetici călători prin Cosmos, venind la întâmplare pe Pământ, aveau o şansă dintr-un milion să ne găsească aici.

Având în vedere cât este de infantilă umanitatea – spunea Bill Nye – atunci când vine vorba de comunicare, ar putea exista o întreagă conferinţă galactică în jurul nostru dar noi să nu avem tehnologia pentru a o auzi sau a interacţiona cu ea. O formă avansată de viaţă va şti probabil că „noi folosim, în esenţă, o cană de supă legată cu un şnur pentru a apela Staţia Spaţială Internaţională, şi ne va ignora, aşteptând să mai creştem nitel înainte de a încerca să iniţieze o conversaţie... Iar această aşteptare, aşa cum probabil vă aşteptaţi, se numeşte «ipoteza zoo»”.

Un Univers colonizat?

Într-adevăr, spune Nye, aici sunt nenumărate opţiuni: „Universul ar putea fi deja, în cea mai mare parte, colonizat şi puternic populat, dar situându-se la ani-lumină distanţă de gârla noastră rurală de spaţiu”. Aceştia ar putea fi complet mulţumiţi cu nivelul lor de tehnologie şi să nu-şi dorească să-şi irosească resursele călătorind în neant dacă planeta lor nu se epuizează într-un ritm alarmant. Şi apoi, tendinţele noastre napoleoniene de cucerire ar putea fi foarte departe în trecutul lor încât a căuta fizic lucruri ar putea fi ceva cu totul învechit, ei preferând să-şi ducă existenţa într-o simulare virtuală în care ar putea să obţină tot ce îşi doresc. „Mai mult chiar, Universul în sine ar putea fi o hologramă, şi nu vom vedea nicodată ce este pe cealaltă parte a lui”. Toate acestea – încheie Nye – nu exclud desigur că ar putea exista civilizaţii care nu se gândesc decât la propriul interes. Întâlnirea cu acestea ar putea fi, într-adevăr, ceva înfricoşător.

Mar Pierke observă în continuare că noi, specia umană, suntem atât de egocentrici încât credem că ar trebui să fim invitaţi la petrecerile civilizaţiilor superinteligente. Dar este mult mai posibil ca, pentru o specie cosmică hiper-inteligentă, noi să fim doar nişte gângănii care trăiesc pe o grămadă de resurse naturale. Dacă o asemenea specie ar dori să colonizeze galaxia sau să transforme Terra într-o mină pentru resurse, s-ar putea să nu vrea neapărat să ne omoare, dar să fim „victime colaterale” ale mineritului. Sau aceştia ar putea fi foarte răuvoitori şi, observând că ne apropiem prea mult de următoarea barieră pe drumul spre o inteligenţă mai evoluată, s-ar putea să vrea să ne elimine din drum...

Dar toate acestea – spune Plenke – sunt în cea mai mare parte speculatii, teorie, filozofie şi astronomie, derivate din cunoştinţele noastre ştiinţifice foarte limitate. Ştim încă foarte puţin despre ceea ce se întâmplă de fapt în imensitatea spaţiului...

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Fantomele de la Fukushima

Primăvara anului 2015 va rămâne pentru totdeauna în memoria omenirii nu ca o explozie de vitalitate a naturii, ci ca o pagină neagră, o fărâmă de infern la crearea căreia a contribuit substanţial omul însuşi. (Accidentul nuclear de la Fukushima a fost un „dezastru creat de om” şi nu doar provocat de cutremur şi de tsunami, a concluzionat o comisie de anchetă mandatată de Parlamentul nipon, potrivit AFP.)

Atunci, pe 11 martie, la Fukushima-Daiichi (Japonia) a avut loc o catastrofă nucleară la centrala atomică de aici, în urma unui cutremur produs în nord-estul ţării la ora 14:46, urmat de un tsunami de mari proporţii.

Dosare X sau un sindrom local?

Este, practic, imposibil de stabilit numărul real al victimelor terifiantului diluviu, însă oricum el e imens; estimările aproximative indică între 16.000 şi 19.000 de morţi şi dispăruţi. Pe lângă această tragedie umană, imensele pierderi material devin aproape insignifiante, cu toate că zona afectată are nevoie de foarte mulţi ani pentru a redeveni ceea ce a fost. Mai există totuşi un aspect despre care presa occidentală a scris sporadic şi sub semnul senzaţionalului.

Explicabil, întrucât e vorba despre întâmplări (?) care nu pot fi aşezate într-o ordine logică obişnuită, ci par mai degrabă extrase din zona crepusculară a „dosarelor X”. Chiar şi astăzi, la câţiva ani după accident, unii localnici depun mărturie că au întâlnit persoane despre care se ştie, de fapt, cu certitudine că au murit ori au dispărut în timpul catastrofei.

O lume sinistră, a umbrelor de „dincolo”, care bântuie nu doar amintirile, ci şi existenţa cotidiană a supravieţuitorilor. Psihiatrii acuză un gen de posibil sindrom strict subordonat tragicului eveniment, dar noianul de mărturii cel puţin aparent credibile conturează o altă ipoteză.

Mărturii din „tenebre”

Oraşul Ishinomaki a fost efectiv ras de pe faţa pământului de imensul val seismic. „Locurile în care oamenii văd fantome sunt cele unde tsunami a fost cel mai devastator, declară psihiatrul Keizo Hara. Noi credem că aceste viziuni pot fi o proiecţie a sentimentului de teroare şi a neliniştii asociate zonelor respective.” Altfel spus, o mare parte din populaţie ar fi victimă a sindromului de stres posttraumatic (SSPT), dar atunci se naşte întrebarea de ce acesta se agravează odată cu trecerea timpului, în loc să se atenueze.

Mai ales că, aşa cum arătam mai sus, experienţele stranii relatate de niponii contactaţi de jurnalişti par departe de noţiunea de halucinaţii. „În două rânduri, în timp ce stăteam întins pe pat, am simţit «ceva» deplasându-se pe corpul meu şi sprijinindu-se de pieptul meu.”, îşi aminteşte Shinichi Yamada, a cărui locuinţă a fost distrusă de diluviu şi care locuieşte de atunci într-o construcţie din prefabricate.

Este o simplă declaraţie ce pare neîntemeiată, dar la fel de „subţire” e şi încercarea de explicaţie oferită de psihiatrii care vor să aducă totul sub stricta comandă a domeniului lor: „Aceşti oameni au vederea cufundată în tenebre, ei au impresia că, într-adevăr, ceva nedefinit şi înfricoşător îi aşteaptă afară.” Oricum ar sta lucrurile, cei mai mulţi dintre supravieţuitorii obsedaţi de tragedia prin care au trecut preferă să nu se adreseze medicilor specialişti, ci exorciştilor. Săptămâna viitoare vă vom prezenta asemenea aspecte, alături de alte mărturii, cel puţin la fel de bizare, dar şi comparabile cu evenimente similar, despre care putem spune că au fost omologate de mult timp de vastul şi obscurul domeniu al parapsihologiei.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de ştiut

Deseori, seara vă dor picioarele şi aveţi spasme. Se strâng muşchii gambelor sau aveţi dureri inghinale. Este semn de astupare a unei artere periferice. Piciorul devine rece, pielea este palidă, edemaţiată, apare cianoza. Doctorul ce trebuie consultat urgent pune un diagnostic diferenţial cu tromboflebită profundă, cu dureri musculare. Se poate ca bolnavul să aibă ulceraţii ale vaselor mari (vene, artere), dar care apar de obicei pe vene. Aceste ulceraţii se sparg, băltesc.

Vorbim de o embolie venoasă, arterială pe fond de semne ca valvulopatii

Ischemia acută periferică

reumatice evolutive, fibrilaţii atriale, ischemii de miocard. Trombusul mare blochează aorta, la bifurcaţie, vasele mari ale piciorului sau vasele mici. Apare spasm arterial supraadăugat fibrilaţie arterială. Tratamentul este anticoagulant.

Dacă nu se dizolvă trombusul, se recurge la procedura chirurgicală. Cauzele concurente sunt diabetul zaharat, ischemia acută, anemia. Pericolul complementar este infectarea vaselor sparte sau ulceraţiile.

Mijloacele profilactice sunt: mişcarea, bicicleta ergonomică, o pernă sub picioare, masajul gambelor, al mâinilor sau plimbări în parc. Se mănâncă frugal, carne slabă, nu se fumează, nu se bea alcool. Se fac analizele de 4 ori pe an.

Dacă se poate, mergeţi în staţiuni balneare. Evitaţi frigul şi umezeala, dar şi căldura mare. Aveţi grijă de inimă, aveţi grijă la colesterol şi la trigliceride. Urmaţi tratamentul prescris.

Dr. VALERIU MANTA

Dior deschide balul

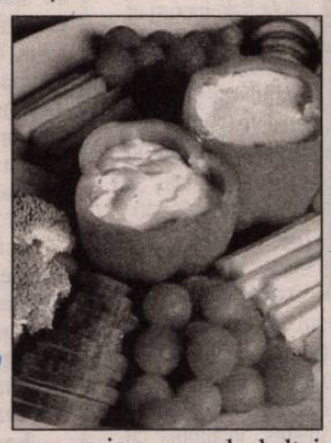
Tradiţionalul sezon al modei de la Paris şi-a conjugat desfăşurarea cu prima lună a primăverii. Cu modelele sofisticate ale Casei Dior par să fi indus primăvara în inima colecţiilor prezentate. Rochiile uşor drapate au imprimeuri florale, cu florile primăverii şi majoritatea propun umerii goi.

S-a apreciat că prezentarea a transformat toate croielile şi desenele într-o feminitate delicată. Prezentările de modă au celebrat creativitatea fără limite, inovaţia, arta de a trăi şi insolenta fuziune a stilurilor. În privinţa materialelor este de apreciat rafinamentul mătăsii dar şi aspectul „picant" al velurului. Spectacolul de modă a inclus o succesiune de fuste mini sau „creion", robe-manteauri brodate din lână şi mătase, asocieri de stofă şi blană sau pulovere jacquard din lână în culori portocaliu şi gri. În privinţa accesorilor, poşetele în general sunt gen plic, relativ mici, iar pantofii, sofisticaţi cu multe barete.

Lecţii de nutriţie

Mitul caloriilor negative

Există alimente miraculoase care consumă calorii din organism în loc să le adauge pe ale lor? Caloriile negative se referă la acelea oferite de anumite alimente (cu adevărat miraculoase) pentru care corpul face un efort caloric aproape egal cu numărul primit ca să le digere. Deci, putem spune că există şi că fac minuni, dar numai dacă sunt incluse într-o dietă echilibrată, explică dr. nutriţionist Cristian Panaite.



Alimentele cu calorii negative sunt esenţiale în dieta de slăbire

Când este vorba despre pierdut kilograme, prima vizată este cantitatea alimentelor ingerate, care trebuie micşorată şi nu neapărat ca volum, ci ca număr de calorii.

O abordare mai eficientă este schimbarea accentului de pe cantitatea de alimente consumate pe calitatea acestora. Alegând alimente cu calorii negative, deci cu densitate mică de calorii, fiind vorba despre condimente, ierburi aromate, rădăcinoase, legume verzi şi albe, fructe de pădure se poate consuma aceeaşi cantitate (sau chiar una mai mare!), în timp ce se pierde sănătos în greutate *(B.J. Rolls, Dietary strategies for the prevention and treatment of obesity).*

Există cu adevărat alimente cu calorii negative, cele care cheltuie mai multă energie pentru a fi digerate decât oferă? Ţelina, de exemplu, are ca rezultat un bilanţ enegetic negativ. Ţelina este cel mai frecvent exemplu pentru a argumenta teoria caloriilor negative deoarece se presupune că arde mai multe calorii decât conţine. O sută de grame de ţelină fiartă oferă organismului 16 calorii. Pentru a o digera, organismul cheltuie 14 calorii. Aşadar, rămânem cu 2 calorii. Dacă mai luăm în calcul şi conţinutul mare de apă şi fibre din ţelină, putem să spunem că mitul caloriilor negative se confirmă. Aşadar dacă veţi înlocui zilnic 200 g de alimente nesănătoase din dietă cu ţelină rezultatul va fi cert scăderea numărului de calorii, ceea ce vă ajută să slăbiţi.

Cum funcţionează practic mitul caloriilor negative?

Ce se întâmplă cu aceste alimente cu calorii negative când le includem în dietă? Cercetătorii au făcut un test interesant: au pus participanţii să mănânce la o masă cât de multe paste doresc ei. Şi au mâncat, fiecare însumând peste 750 de calorii. Ce s-a întâmplat când le-au dat participanţilor o salată mică de 50 de calorii? Au depăşit 800? Nu, au mâncat mai puţin! Şi nu doar cu 50 de calorii, ci cu 65, iar adăugând o salată mai mare, au ingerat cu 100 de calorii mai puţin. Caloriile negative sunt la numărătoarea totală *(B.J. Rolls, L.S. Roe, J.S. Meengs).*

Cercetătorii au concluzionat că „a mânca mai puţin" nu este întotdeauna cea mai bună recomandare. Pentru alimente sărace în calorii, precum legumele bogate în apă, o cantitate mai mare creşte senzaţia de saţietate şi reduce aportul de calorii la fiecare masă.

Nu se întâmplă chiar aşa miraculos, ca alimentele cu calorii puţine să consume mai mult decât adaugă, dar volumul lor este mare, aportul lor caloric – infim, iar conţinutul lor de micronutrienţi este benefic organismului.

Gastronomice

Chifteluţe de ciuperci

300 g ciuperci Champignon, o ceapă, 2 linguri smântână, 2 ouă, sare, piper, 100 g făină, ulei, pesmet.

Ciupercile se curăţă de coajă şi se pun la fiert în puţină apă cu sare. Se lasă 10 minute. Între timp se toacă ceapa mărunt şi se căleşte în puţin ulei. După ce au fiert, ciupercile se scurg, se toacă mărunt şi se amestecă bine cu ceapa, ouăle, smântâna, sare şi piper. Se adaugă pesmet atât cât să rezulte o compoziţie bine închegată, care se pune la frigider minim 30 de minute. Apoi se fac chiftele rotunde, care se dau prin făină şi se pun la prăjit în ulei încins, până se rumenesc uşor. Se scot pe şervete de hârtie pentru a se scurge de ulei.

Urzici cu orez

1 kg urzici, 300 g orez, 2 cepe verzi, ulei, sare, piper, 4 căţei usturoi.

Se curăţă urzicile şi se spală foarte bine. Într-o oală se pune apă la fiert, iar când începe să clocotească, se adaugă urzicile şi se lasă să fiarbă bine. Când sunt gata se scurg de zeamă şi se lasă să se răcească. (Se opreşte zeama separat.) Se pasează bine urzicile cu blenderul, după care se călesc în puţin ulei cu ceapa tăiată. Într-o cratiţă se pun 2 căni cu zeama în care au fiert urzicile, se adaugă orezul spălat şi scurs de apă, se lasă să fiarbă la foc mic. Când a fiert orezul, se pun urzicile, usturoiul pisat şi se potriveşte de sare şi piper.

Tartă cu pere şi banane

3 gălbenuşuri, 60 ml apă călduţă, 100 g zahăr, o linguriţă praf de copt, 7 linguri făină, un praf de sare, o lingură cafea măcinată, 4 linguri nucă de cocos, 1 plic budincă cu gust de frişcă, 4 linguri zahăr, 500 ml lapte, 3 pere, o banană, 1 plic jeleu roşu.

Gălbenuşurile se mixează cu apa timp de 2 minute. Se adaugă zahărul şi se mai mixează 5 minute. Se pune făina amestecată cu praful de copt, cafeaua, nuca de cocos, sare şi se amestecă uşor. Se obţine un aluat de consistenţa unei spume aerate şi pufoase. Compoziţia se toarnă în tava unsă şi se dă la cuptor până se rumeneşte frumos. Se lasă să se răcească. Budinca se pregăteşte conform instrucţiunilor de pe plic, iar când blatul s-a răcit se pune crema uşor călduţă. Se aşază perele curăţate şi tăiate felii, apoi şi banana feliată. Se pregăteşte şi plicul cu jeleu roşu, apoi se lasă să se răcească, puţin după care se adaugă peste fructe. Înainte de a servi tarta se ţine la frigider minim 2 ore.

Pagină realizată de **ECATERINA BĂTRÂNEANU**

Dosarele frumuseţii

Secretele franţuzoaicelor

În materie de machiaj şi coafură, franţuzoaicele par a avea o aură specială. Cum reuşesc? Şi, care sunt greşelile pe care le evită? În primul rând îşi aleg culorile potrivite. Paleta ideală? Pe de-o parte cochetează cu nuanţe intense pentru make-up şi, pe de altă parte folosesc culori naturale pentru păr.

Pentru unghii, preferinţele trec de la roşu intens la albastru marin, care rămân de o eleganţă atemporală. Cele care resping roşul, aleg elegantul bej. Trebuie amintit că franţuzoaicele nu ies din casă nerujate sau cu sprâncenele „în dezordine". În privinţa culorii părului, ele optează pentru culori naturale: un şaten „ameliorat", un maro cald, un blond luminos. Franţuzoaicele vor să rămână sublime, fără să li se cunoască secretele în detaliu.

Cartea câştigătoare este cea a simplităţii. De fapt, este vorba despre o falsă simplitate pentru că agreează arta coafurii „ciufulite", care dă senzaţia de naturaleţe.

În privinţa machiatului, spune Sylvie Chantecaille, în afara unui ruj bun este necesar un fond de ten care să ascundă imperfecţiunile.

Concluzia? Franţuzoaicele găsesc în machiaj o formă de extravaganţă şic. Ele îşi construiesc feminitatea cu inteligenţă.

Nomazii mării

„Totul se petrece pe mare. Noi nu suntem legaţi de niciun pământ. Oriunde mergem, ne deplasăm cu bărcile." Această afirmaţie aparent ciudată aparţine unui anume Hook Suriyan Natale, membru al populaţiei moken de pe Insulele Surin. De fapt, acest grup uman seminomad trăieşte în Arhipelagul Mergui, din Marea Andaman (nordul Oceanului Indian), compus din circa 800 de insule şi revendicat deopotrivă de Birmania şi Thailanda. Către aceste ţinuturi, precum şi spre Malaezia (Malaysia), ei ar fi emigrat acum mai mult de 4000 de ani, plecând din sudul Chinei.

Viaţa pe un kabang

Cea mai mare parte din an mokenii şi-o petrec, într-adevăr, pe apă, în ambarcaţiunile lor de lemn numite kabang, pe care şi le construiesc singuri; de fapt, acestea sunt un fel de case plutitoare, acoperite şi dotate cu ceea ce este necesar traiului zilnic. Ei se deplasează în flotile de la o insulă la alta, în funcţie de circumstanţe şi de sensul în care bate vântul, în căutarea hranei şi din raţiuni legate de securitatea comunităţii ori de sănătate.

Se înţelege că, în situaţia menţionată, nu se poate vorbi despre proprietăţi materiale sau despre tehnologii care să le aparţină. Există totuşi şi un mod tradiţional de viaţă – din mai până în octombrie, când e vremea musonilor din sud-vest – în case temporare ridicate pe piloni de lemn, pe coastele insulelor, la adăpost de furtuni.

Copiii cu ochi de delfin

O particularitate uimitoare a mokenilor, şi în special a copiilor tribului este acuitatea vizuală excepţională, ei putând să stea cu ochii deschişi şi să vadă foarte bine sub apă, la fel ca delfinii. Este probabil o adaptare la modul de viaţă, întrucât sunt obligaţi în mod curent să înoate şi să plonjeze în valurile sărate, pentru a pescui.

Cercetări recente realizate în acest sens au arătat că vederea copiilor moken este de cel puţin două ori mai bună decât a europenilor de aceeaşi vârstă, fără ca ochii lor să prezinte diferenţe structurale. „Secretul" este de altă natură: ei îşi pot contracta pupilele la maximum, sub apă, pentru a-şi modifica forma ochilor.

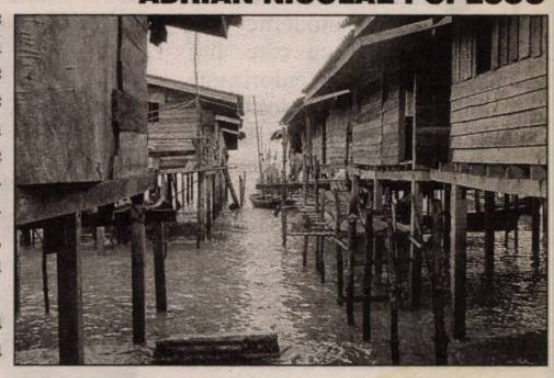
Ameninţarea crabului uriaş

Fascinanta populaţie moken mai numără astăzi circa 2.000 de persoane, cauza principală a extincţiei lor provenind din politica de sedentarizare a ţărilor sus-amintite, din limitarea spaţiului de mişcare şi reducerea surselor de hrană. Ei păstrează totuşi elemente de tradiţie fabuloase, între care şi cele transmise oral. De pildă, mokenii cred că în mare trăieşte un crab gigantic care declanşează din când în când cutremure şi tsunami. Astfel a fost cumplitul cutremur din 26 decembrie 2004, urmat de valul seismic care a luat cu el peste 150.000 de vieţi.

Atunci, septuagenarul Salama Kla-Talay de pe Insula Surin Tai a salvat sute de vieţi alertând populaţia satului său, după ce a observat apele mării retrăgându-se înaintea „asaltului" tsunami *(laboon,* cum îl numesc mokenii). Explicaţia lui ulterioară a fost tulburătoare.

El a susţinut că uriaşul crab care trăieşte într-o grotă subacvatică iese periodic să-şi recupereze teritoriile pe care i le-a răpit omul şi atunci oceanul se revarsă peste lume. Din păcate, azi, din viaţa pe mare a bătrânului şi a majorităţii familiilor moken au rămas doar amintiri sporadic imortalizate în fotografii de un farmec nepământesc...

ADRIAN-NICOLAE POPESCU



100 de locuri de văzut în România

Valea Verde-Sohodol

Aflată în nord-vestul judeţului Alba, în inima străvechii Ţări a Moţilor, unde tradiţiile şi obiceiurile milenare, unele datând de la daci, nu s-au pierdut, ci sunt transmise, cu cinste, mai departe, comuna Sohodol este una dintre cele mai vechi aşezări din România cu locuire neîntreruptă, căci urme de locuire apar aici (mai precis în două peşteri, Lucia Mică şi Lucia Mare) încă din paleolitic.

Denumirea satului Valea Verde – adevărata bijuterie naturală a comunei – provine, cu siguranţă, de la vegetaţia abundentă a locurilor, aici existând, încă din antichitate, o zonă puternic împădurită. Valea Verde este o aşezare tipică pentru Apuseni, ceea ce geografii numesc „sat risipit", cu case puţine şi împrăştiate pe o mare suprafaţă de teren – acelaşi gen de aşezare e întâlnit şi în Bavaria, Munţii Pădurea Neagră şi Elveţia.

Ceea ce diferenţiază Valea Verde de localităţile similare din Europa este influenţa antropică foarte redusă. Totul aici pare încremenit în trecut, e ca şi cum timpul nu s-ar fi scurs, de mii de ani, şi te aştepţi, la orice pas, să vezi trecând daci cu cuşmă pe cap sau femei în veşminte ancestrale luând apă în cofe, de la numeroasele izvoare din zonă. Tocmai de aceea, aici a înflorit, în ultimii ani, turismul ecologic. Dacă veniţi aici, urmând drumul naţional 74A, dinspre Abrud spre Câmpeni, veţi fi cazaţi în case tradiţionale şi puteţi participa la viaţa din gospodărie, lucrând la culesul fructelor şi al ciupercilor, la strânsul fânului, la îngrijirea animalelor.

De asemenea, puteţi vizita pădurile şi munţii din jur, călăuziţi de localnici, vă puteţi scălda la o cascadă din apropiere, făcând un duş natural cum sigur nu veţi mai avea prea curând ocazia să faceţi şi veţi putea merge desculţi, dimineaţa, pe iarba plină de rouă, uitând cu desăvârşire, măcar pentru câteva zile, de stresul şi de „civilizaţia" cotidiene.

GABRIEL TUDOR

Sărbători creştine

Buna Vestire

Vineri, 25 martie, cele mai multe dintre bisericile creştine din toată lumea prăznuiesc Buna Vestire.

Este sărbătoarea celebrată în amintirea momentului în care Arhanghelul Gabriel a anunţat-o pe Fecioara Maria că va concepe şi îi va da naştere lui Iisus din Nazaret.

Conform Evangheliei după Luca, Buna Vestire a avut loc în luna a şasea a sarcinei Elisabetei, mama lui Ioan Botezătorul. În vreme ce Sfânta Fecioară se ruga la Dumnezeu, Îngerul Gabriel, acela care i se arătase şi lui Zaharia, i-a zis să se bucure pentru că îl va naşte pe fiul Domnului.

La început ea s-a speriat spunându-i că nu a cunoscut încă bărbat, dar îngerul a asigurat-o că puterea Duhului Sfânt va coborî asupra ei şi i-a spus că şi vara ei Elisabeta, care nu avea copii, va avea un fiu, prin voinţa lui Dumnezeu. Ca să se convingă, Sfânta Fecioară s-a dus la Elisabeta şi a rămas acolo până la naşterea Sfântului Ioan Botezătorul.

Atât tradiţia ortodoxă cât şi cea catolică susţin că Buna Vestire a avut loc în Nazaret. Pentru catolici locul este marcat de Bazilica Bunei Vestiri iar pentru ortodocşi, Biserica purtând acest hram este Catedrala Mitropoliei Ortodoxe şi a fost pictată de fraţii Moroşanu din România între 1977-1978 prin grija patriahului Justinian. A fost ridicată pe ruinele bisericii construite de împărăteasa Elena în secolul al IV-lea.

Buna Vestire este prima mare sărbătoare din an şi cea mai veche închinată Maicii Domnului.

La noi este numită în popor şi Blagoveştenie, terenul slav având în popor o largă răspândire.

Deşi aflată întotdeauna în Postul Mare, este o sărbătoare veselă şi Biserica acordă dezlegare de peşte, indiferent în ce zi ar cădea. Buna Vestire reprezintă o temă fundamentală în arta creştină.

Cea mai veche reprezentare a acestui mare eveniment este fresca din catacomba Priscillei din Roma, datată de arheologi ca fiind realizată în secolul al II-lea. Fecioara este înfăţişată stând pe un scaun asemănător unui tron şi îl ţine deja pe Prunc în braţe, în vreme ce în faţa ei se află Arhanghelul Gabriel (Gavriil în tradiţia românească) dându-i înştiinţarea cea mare. Arhanghelul este pictat fără aripi pentru ca, la vremea respectivă, să nu fie confundat cu un idol păgân.

În calendarul popular, Buna Vestire este numită „Ziua Cucului", pentru că în această zi cântă cucul pentru prima oară, anunţând primăvara. Se consideră că este semn rău dacă auzi cântecul pe stomacul gol. De asemenea există obiceiul să se numere de câte ori cântă cucul, ca să afle câţi ani mai ai de trăit. În cazul fetelor nemăritate se crede că numărul respectiv reprezintă anii până la nuntă. Dacă pasărea tace înseamnă că vor face o căsătorie rapidă. Creanga pe care a cântat cucul se taie şi se pune în scăldătoarea fetelor ca să fie cât mai plăcute flăcăilor.

IRINA STOICA

Dor de copilărie

Cunoaştem cel puţin două mari personalităţi trecute prin Gulagul rus, în epoci diferite, purtând cătuşe şi suferind temperaturi „neacademice” – cronologic Dostoievski şi Soljeniţân. Spre deosebire de ei, artistul Victor Katiushnik cunoaşte Siberia ca om liber.

Gospodarul

Născut în 1967 la Krasnoiarsk, acest artist şi fizician remarcabil al Rusiei moderne pictează cu veselia cu care alţii înoată prin talazurile euforizante ale unei sticle de vodcă. Căci acest talentat creator de basme vizuale degajă un optimism specific intelectualului care nu prea mai crede în alţii, dar crede în sine. El e convins că zâmbetul poveştilor sale, având pe post de amfitrion un moşulică căruia i-am putea spune „Gerilă siberianul”, are darul de a salva ceva foarte important pentru fiecare dintre noi: copilăria.

Inginer mecanic, fost marinar, actual fizician şi filosof al materiei, Victor Katiushnik face artă de peste douăzeci de ani. Şi în acest domeniu este plurivalent: pictează pe pânză şi panel de lemn, sculptează în os şi lemn şi execută gravuri în cupru. Un om ultradotat, a cărui imaginaţie debordantă te fascinează de la prima întâlnire. Din păcate pentru marele public, lucrările sale au ajuns din expoziţii direct în colecţii particulare. Dar expoziţiile sale virtuale rămân să încânte pe amatorii de frumos.

Omul bine dispus este personajul principal. Este surprins fie în copilărie, fie la bătrâneţe, dar mereu pus pe şotii în situaţii dintre cele mai surprinzătoare. Multe dintre scenele sale

La joacă

par preluate din folclorul rus, unde muritorii se distrează cot la cot cu personajele de basm. Atmosfera din majoritatea lucrărilor principale ne aduce aminte de sezonul dominant în Siberia, şi anume iarna. Baloane de zăpadă fină formează adesea ambianţa generală, însă voia bună nu are decât temperaturi înalte. Un taraf improvizat din trei instrumentişti cântă pentru o nuntă pierdută în zare, dar numai unul poartă o şubă rusească precum locuitorii tundrei. Ceilalţi parcă se află pe alt meridian şi o-lecuţă de vodcă a anulat războiul cu frigul. O altă glumă a artistului ne prezintă un fel de Don Quijote de Krasnoiarsk, beat criţă şi trăgându-şi catârul de limbă, la propriu. Numai că gluma merge mai departe şi adevărul despre încăpăţânarea animalului iese lesne la iveală, căci este vorba despre o „ea”.

Una dintre cele mai reuşite alegorii ale noului val de lucrări ale lui Katiushnik este cea în care ne apare un Moş Crăciun călătorind spre noi dinspre... Jurrasic. La şareta sa cu echilibru antigravitaţional sunt înhămaţi câţiva dinozauri, şi ei surâzând pentru că sunt folositori şi nu mai sperie pe nimeni. Totul este învăluit într-o ceaţă care topeşte epocile istorice. Renii poveştilor nordice şi-au găsit naşul în brontozaurii cu gât de girafă. Dragostea apare timidă la acest pictor-poet şi doar prin mesagerul Amor călare pe un cocoş arţăgos. Arcul săgeţii sale este cornul Lunii, iar înaripatul strigă din răsputeri pentru a dezmetici oamenii când se crapă de ziuă. Şi acelaşi personaj pitoresc, moşneagul vânjos cu o chelie socratică, parcurge mările păşind pe două butoaie şi lovind cu lopata într-un castel de nisip. Să fie un nou Columb?

Dinozauri la caleaşcă

Umorul lui Katiushnik nu cunoaşte nici un fel de oprelişti. Pe lângă zâmbetul sănătos şi inteligenţa cu care zămisleşte o lume a veseliei imperturbabile, artistul are marele merit de a ocoli comercialul şi facilul. Este un original până-n măduva oaselor şi nu caută succesul de casă cu lumânarea. Şi totuşi, pictura nu este un simplu hobby pentru acest inginer care nu uită să fie copil şi atunci când cotrobăie prin misterele materiei care a inventat viaţa doar pe Pământ.

Elvis în armată

Între 1958 şi 1960, „regele” Elvis Presley şi-a desfăşurat stagiul militar, la cererea sa. Autorităţile îi propuseseră să se înscrie ca „întreţinător muzical al trupelor”.

În Germania de Vest a cunoscut-o pe Priscilla Beaulieu, viitoarea nevastă. Acolo a devenit dependent de droguri. A murit la 42 de ani.

ZIGZAG în timp şi spaţiu

• Procesul porcului

Un mare simbol al protecţiei animalelor faţă de cruzimea umană a fost şi un bizar proces intrat în istoria ştiinţelor juridice din Anglia. În 1822, după ce colonelul englez Richard Martin a redactat „Legea protecţiei vitelor” (adoptată de Camera Comunelor), l-a dat în judecată pe comersantul Bill Buns pentru că şi-a bătut măgarul. Şi cum judecătorilor nu prea le păsa de această cauză, Martin a adus în instanţă măgarul rănit! Scena, imortalizată de pictori, a înduioşat inimile tuturor şi stăpânul a fost condamnat.

Făcând un pas în secolul nostru, descoperim că la Roma trăiesc 300 de mii de pisici ale nimănui (acolo nu sunt „comunitare”). Locuitorii Cetăţii Eterne au fost mândri când Primăria a declarat pisicile „bio-moştenire a Romei” şi le asigură protecţia împotriva „fripturiştilor”. Atitudinea romanilor are rădăcini adânci, de la tradiţia pisicii sacre sau a Gattarei (femeia-pisică) şi până la ideea că exterminarea pisicilor din perioada Inchiziţiei a condus la răspândirea ciumei (rozătoarele s-au dezvoltat în voie). Aşa s-a ajuns la ocrotirea de-a dreptul drăgăstoasă a pisicilor din Colosseum, Torre Argentina şi Forum (repere magnifice ale Romei). Ba chiar Torre Argentina (locul unde a fost ucis Caesar în 44 î.Ch.) este intitulat Sanctuar.

La Roma există organizaţii care alimentează şi se îngrijesc de sănătatea pisicilor. Una dintre cele mai cunoscute personalităţi care a dat tonul acestei atitudini a fost actriţa Anna Magnani. Se fac excavări în jurul templelor pentru adăpostirea „femeilor-pisică”, atracţie turistică specială a Cetăţii Eterne. Din păcate, câinii vagabonzi nu reglează populaţia de rozătoare, porumbei şi şopârle a oraşului şi nici nu au o igienă proprie.

Fără nici o glumă, amintim că în Evul Mediu european se desfăşurau autentice procese ale animalelor care comiteau „fără-de-legi”. Un exemplu de frunte este cel al unei cete de porci (şase „derbedei cu rât”) care au atacat un copilaş şi l-au ucis. Şi, în loc să fie sacrificaţi pe loc, „şeful bandei” a fost dus într-o sală de judecată la Savigny (Franţa), prin 1457. Procurorii au cerut pedeapsa capitală şi judele a probat-o. Râmătorii au fost spânzuraţi...

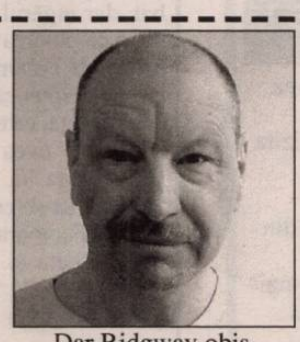
Pagină realizată de
PAUL IOAN

Record de victime

La penitenciarul Walla Walla din statul Washington (SUA) se află şi astăzi încarcerat un anume Gary Ridgway (62 de ani) şi, cu aprobare specială, poate fi „vizionat” ca un exponat de grădină zoologică. şi asta pentru că individul a mărturisit că a ucis 71 de femei (record pentru SUA), într-un interval de aproximativ zece ani (1980-1989). De altfel, acest animal cu chip de om afirmă că asta a fost „meseria” lui.

E greu de spus dacă ura pentru femei i-a fost inoculată de mama sa, care în copilărie făcea gesturi incalificabile în legătură cu el: îl „denunţa” în public că udă patul, deşi împlinise zece ani... Strict patologic, un bărbat care comite atâtea crime cu sânge rece nu a fost niciodată normal, iar copilăria nu poate fi un pretext.

În deceniul amintit, teroarea se răspândise printre femeile din statul american Washington din cauza dispariţiilor repetate şi a cadavrelor găsite în diverse stadii de degradare. Pe Râul Verde şi în împrejurimile acestuia fusese descoperit un adevărat cimitir al prostituatelor care activau pe şoseaua din apropiere.



Dar Ridgway obişnuia să acosteze şi femei singure fugite de acasă. Din mărturisirile sale reiese faptul că asasinul proceda ca un veritabil regizor cu victimele sale. După ce le atrăgea în maşină, le pregătea o gustare şi vin, apoi încerca să le „obişnuiască” cu ideea că le va ucide, promiţându-le o moarte cât mai uşoară. De obicei le strangula, apoi le dezbrăca şi le arunca în râu. Dar nu lăsa locul faptei de izbeliţte. Criminalul obişnuia să culeagă de prin cârciumi mucuri de ţigări şi pahare cu amprentele altor bărbaţi, cu care voia să deruteze ancheta. Şi chiar a reuşit zece ani, fiind prins doar din cauza unei altercaţii într-un local.

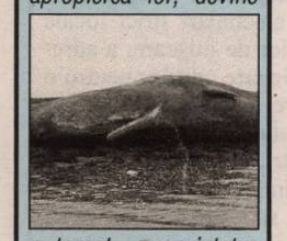
Cinismul incredibil al mărturisirilor acestui ucigaş în serie a ieşit în evidenţă şi atunci când, analizându-şi „cariera”, a remarcat că ar fi putut fi mai multe victime dacă nu s-ar fi căsătorit de trei ori în acea perioadă.

Fusese un soţ iubitor şi nu-şi permitea să lipsească prea mult de acasă. Cu toate acestea, printre martorii acuzării s-a aflat şi ultima nevastă, care primea cadouri bijuterii pe care Ridgway nu şi le putea permite.

Ştiaţi că...

◆ *...vechile legende atribuie cometelor o serie de cataclisme? Cel care a făcut lumină în ceea ce priveşte aceste corpuri a fost Edmund Halley, care a dat şi numele celei mai cunoscute dintre comete.*

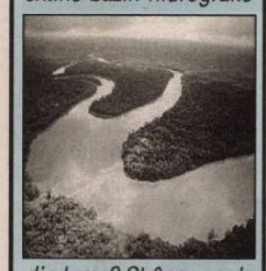
◆ *...o balenă, care eşuează pe ţărmurile Insulelor Britanice sau este prinsă în apropierea lor, devine*



automat proprietatea suveranului Regatului Unit al Marii Birtanii? Aceasta potrivit unei legi străvechi alfate în vigoare.

◆ *...în timp ce Oceanul Pacific care acoperă aproape 33 la sută din suprafaţa planetei noastre se micşorează, Oceanul Altantic este în creştere? Aceasta datorită faptului că America de Sud şi Africa se îndepărtează una de cealaltă.*

◆ *...Amazonul este fluviul cu cel mai extins bazin hidrografic*



din lume? Strânge apele de pe aproape 7 milioane kmp.

◆ *...datorită fibrelor de keratină firul de păr este foarte puternic? Un fir poate susţine o greutate de 50-100 grame.*

◆ *...pisicile torc atunci când sunt mulţumite? Fac acest*

lucru cu ochii închişi sau aproape închişi.

Ştiaţi că...

VILNIUS

oraşul chihlimbarului

Palatul Prezidenţial

Aflat în sud-estul Lituaniei, la confluenţa râurilor Vilnia şi Neris, oraşul Vilnius a fost fondat cu ajutorul coloniştilor germani în timpul domniei lui Gediminas, principe din 1316. Din 1323 este capitala Lituaniei.

Mândrindu-se cu o universitate întemeiată în 1579, oraşul este şi sediul unei arhiepiscopii catolice. A cunoscut o puternică influenţă poloneză între 1385-1569, în timpul uniunii polono-lituaniene şi a fost grav avariat de trupele suedeze în cel de-al Doilea Război Nordic. În 1920 oraşul a fost anexat Poloniei în urma războiului polono-lituanian dar lituanienii continuau să-l considere capitala lor. În 1939 a fost ocupat de trupele sovietice şi între 1940-1990 este capitala Republicii Sovietice Lituane. În 1991 Lituania îşi recâştigă independenţa şi Vilnius capătă statutul de capitală.

Oraşul vechi, cu o arhitectură străveche, este o îmbinare de stiluri scandinave, ruseşti şi germane. Înscris în patrimoniul UNESCO din 1994 este presărat cu biserici, mulţimea obiectivelor turistice din sfera religioasă aducându-i fie numele de Ierusalimul Nordului, fie acela de Atena Lituaniei.

Deşi oraşul este relativ mic, având o populaţie de sub un milion de locuitori, există aici o viaţă animată, intersectând mai multe culturi. Centrul vechi este dominat de Catedrala oraşului construită în secolul al XIII-lea din ordinul regelui Mindaugas după ce acesta s-a convertit la creştinism. După moartea acestuia a redevenit altar păgân de unde şi aspectul ei menţinut până în zilele noastre. În 1387, restaurată de Marele Duce Jogaila a devenit un simbol al convertirii la catolicism. Reconstruită de mai multe ori după pagubele produse de incendii şi furturi, adăposteşte capela barocă din secolul al XVII-lea, a Sfântului Cazimir, cu un vestit amvon sub formă de pocal, datând din secolul al XVIII-lea.

În faţă şi puţin în dreapta se află clopotniţa, înaltă de 52 metri, care, deşi închisă turiştilor este un punct de reper şi un loc de întâlnire. Se spune că ajungând aici şi punându-ţi o dorinţă aceasta se împlineşte dacă înconjori clopotniţa de trei ori.

Centrul politic, cultural şi economic al oraşului este Piaţa Primăriei unde se înalţa odinioară primăria. Construită în secolul al XV-lea, nu a rezistat timpului şi în 1799 a fost terminată o alta, proiectată de Stuoka-Gucevicius. În 1845 a devenit primul teatru al oraşului.

Palatul Prezidenţial, situat tot în Oraşul Vechi, este biroul oficial şi reşedinţa preşedintelui Lituaniei. Construcţia datează din secolul al XIV-lea şi a suferit mai multe transformări de-a lungul veacurilor fiind utilizată ca reşedinţă episcopală, guvernamentală, centru pentru ofiţeri, centru artistic şi adaptată treptat scopului pe care îl are astăzi.

În vârful dealului Gediminas – supranumit şi Dealul Celor Trei Cruci – se află, aşa cum arată numele acestuia, un monument celebru compus din trei cruci albe care se văd din depărtare. Dezvelit în 1989, reprezintă simbolul speranţei lituanienilor. A existat aici un alt monument, din secolul al XVII-lea înălţat în memoria călugărilor franciscani martirizaţi, distrus din ordinul lui Stalin.

În faţa Palatului Prezidenţial se află Universitatea fondată în 1590 de iezuiţi. A fost unul dintre cele mai importante centre ale Contra Reformei şi în zilele noastre adăposteşte 12 facultăţi. În centrul complexului se află biserica San Jan şi Biblioteca Naţională.

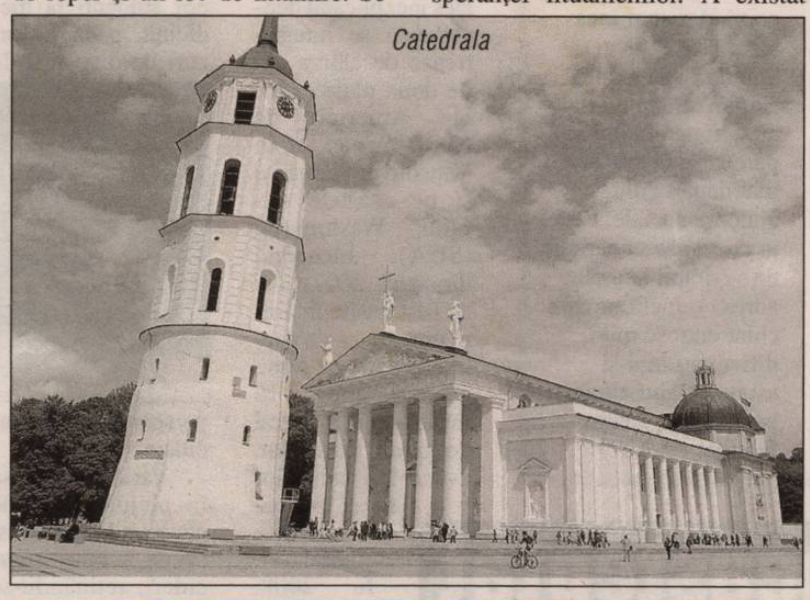
Biserica Sfânta Ana

Singura poartă a oraşului care a supravieţuit este „Poarta Zorilor" deasupra căreia călugăriţele carmelite au construit o capelă pentru o icoană a Sfintei Fecioare.

Muzeul Naţional Lituanian este cel mai mare muzeu al ţării în vreme ce Muzeul artelor aplicate găzduieşte expoziţii temporare. În apropierea Parlamentului se află Muzeul Victimelor Genocidului, deschis în fostul sediu KGB şi evocând temniţele cumplite şi numele celor care au pierit aici. Unul dintre cele mai frumoase locaşuri de cult gotic din Vilnius şi din întreaga ţară este Biserica Sfânta Ana despre care Napoleon a declarat că ar fi dorit s-o ducă pe palme în Franţa.

Mai trebuie amintite Mănăstirea Bernardinilor, înconjurată de fortificaţii, Biserica Sfântul Cazimir, cea mai veche biserică barocă, închinată Sfântului ocrotitor al oraşului şi Biserica Sfântului Duh, cea mai importantă biserică ortodoxă de aici. Sunt numai câteva din mulţimea edificiilor de acest gen.

Oraşul rămâne însă vestit mai ales pentru abundenţa pieselor de chihlimbar, răspândite pretutindeni pe standuri şi în vitrine elegante, răşina fosilizată reprezentând „aurul nordului".



Catedrala

Hanul Poştei din Lugoj

Construit în anul 1726, Hanul Poştei din Lugoj este un monument istoric. Ridicat pe o fundaţie de la sfârşitul secolului al XVI-lea a găzduit pe vremuri un serviciu de poştalioane unde se schimbau caii şi un han pentru călători.

În sala mare a hanului s-a ţinut şedinţa de pregătire a Marii Adunări din Câmpia Libertăţii din iunie 1848. În clădire se ţineau întrunirile periodice ale breslelor.

În 1975 hanul a fost restaurat integral şi în prezent adăposteşte sediile parohiei şi protopopiatului şi colecţia muzicală a acestuia.

Pagină realizata de
IRINA STOICA

Simboluri ale umanităţii

Stribog

Zeu din mitologia slavă, Stribog este stăpânul vânturilor şi al furtunii. Era prezent şi la vechile triburi polone, purtând însă numele Somovil. I se ridicase un

sanctuar în Rusia arhaică şi, către anul 980, în cinstea lui oamenii se închinau unui idol impunător ridicat la Kiev. Poemul eroic medieval rus „Cântecul Oastei lui Igor", prezentând viaţa poporului şi credinţele sale, numeşte vânturile nepoţii lui Stribog". Acestea sunt prezentate vânturând văzduhul şi aruncând de pe mare săgeţi uriaşe.

Mesaj pe valuri

Se ştie că de multe ori naufragiaţii închid în sticle mesaje pe care le aruncă în valuri, sperând că vor fi găsite de salvatori. Alteori în sticle se închid scrisori care conţin dorinţe ascunse şi obiceiul a dat naştere la tot felul de poveşti romantice.

Cu mai bine de doi ani în urmă, pictorul american George Boorujg a lansat în golful New York o astfel de sticlă care a călătorit 5700 kilometri, ajungând pe o plajă din Aquitania, cunoscută sub numele Tremblade. Aici a fost găsită de un cuplu de pensionari, Alain şi Brigitte Barthelémy. Cei doi se plimbau liniştiţi cu câinele lor, Elton, când au văzut pe nisip sticla adusă de maree, învelită într-un strat de sare şi nămol în care se înfipseseră tot felul de scoici.

Au ridicat-o, au deschis-o şi înăuntru au găsit două foi, dactilografiate, perfect uscate. Pe una era desenat un cormoran iar pe cealaltă era notată adresa expeditorului care îi felicita pe cei care găsiseră mesajul şi îi ruga să-i răspundă. El insistă însă să nu trimită răspunsul în acelaşi fel, lăsând totul la voia întâmplării. De aceea le notă adresa de acasă şi cei doi s-au grăbit să-i telefoneze.

Expeditorul mai adăuga că este pictor şi că militează pentru salvarea păsărilor ameninţate la dispariţie, în special a cormoranilor. El a trimis mesajul pentru a capta atenţia asupra acestui pericol şi pentru a atrage cât mai mulţi în lupta pentru protecţia acestor păsări.

Când a primit răspunsul, George Boorujy a fost mai mult decât entuziasmat cu atât mai mult cu cât a aflat că şi Brigitte e pictoriţă. *(I.S.)*

25 de ani, 15 copii de la 14 femei...

Dacă am vorbi despre o femeie considerată (oficial sau nu) „mama eroină", ar mai merge, dar aici ne referim la un tânăr care se laudă chiar cu atâtea relaţii şi... efecte naturale ale respectivelor relaţii; precizăm: intime – ca să nu existe niciun fel de îndoială legată de acestea! Prolificul june e britanic, după nume scoţian – Keith MacDonald – dar să nu vă închipuiţi că ar fi vreun tip plin de bani care trăieşte numai în aventuri amoroase.

Dimpotrivă, e şomer, ba chiar mai mult decât atât: e infractor recidivist în ceea ce priveşte violenţa numită, cinic, domestică, el având la activ o pedeapsă cu puşcăria pentru agresiuni repetate împotriva fostei sale partenere. Nu soţie, fiindcă nu a avut niciodată aşa ceva, însă, probabil deloc anormal, a avut o grămadă de amatoare de amor efemer, plăcere care s-a lăsat cam de fiecare dată cu sarcini şi copii aduşi pe lume de-adevăratelea. Spre nefericirea lor, a micuţilor!

Acum, ca să deschidem puţintel ochii şi celor care nu cunoşteau acest aspect, trebuie să spunem şi că asemenea cazuri ne privesc pe toţi: plătim, fie şi sume insignifiante luate individual, pentru toate cazurile de abandon de copii nou-născuţi. În cazul lui Keith MacDonald suma totală e însă imensă pentru un om de rând: 1,8 milioane de euro din banii contribuabililor britanici, sumă ce poate urca până la 2,3 milioane. Tânărul a declarat că şi-a început viaţa intimă la 10 ani, la 16 ani devenind tată pentru prima oară, şi că a avut cel puţin 40 de partenere.

Presa britanică de scandal a scris despre acest individ că reprezintă tot ce poate fi mai rău în societatea engleză. El deschide prima bere imediat după trezire şi se ocupă de jocuri video aproape toată ziua, neavând serviciu. Foarte agresiv, şi nu doar cu partenerele sale temporare, a primit câteva sancţiuni penale, însă fără efectul scontat.

În privinţa femeilor cu care are copii, a declarat că pe cele mai multe le-a „cunoscut" în staţii de autobuz, iar legat de propunerea unor jurnalişti de a accepta o vasectomie a avut o replica scurtă: „Nu mai vreau copii, dar sunt încă tânăr şi vreau ca hotărârile să le iau singur." Până una-alta, hotărârea lui se pare că e să trăiască mai departe din ajutoare sociale, care în cazul său constituie un veritabil abuz la adresa semenilor care chiar cunosc mari dificultăţi în a-şi asigura traiul zilnic, pentru ei şi pentru familie. *(A.N.P.)*

Ultimul „strigăt" imobiliar:

CASA INACCESIBILĂ!

Vorbim despre un caz particular, însă el este strigător la cer în special pentru că se referă la un om cu dizabilităţi pur şi simplu ignorant şi umilit tocmai de autorităţile care ar trebui să îl ajute necondiţionat. Şi asta nu se-ntâmplă într-un cătun de prin coclaurile româneşti atât de blamate în general în Occident, dar adorate, când e vorba de peisaje, mâncare, băutură şi ospitalitate a sătenilor. Nu, toate acestea încă sunt „pe rol", cum s-ar spune, în falnica şi neînclinata Franţă, unde fireşte că există şi uscături cât să aprinzi ruguri pe fiecare colină.

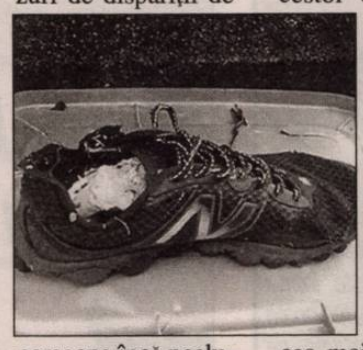
Saint-Herblain este un orăşel liniştit situat la vest de Nantes, unde Laure Jolaine şi-a cumpărat o casă în noiembrie anul trecut, chiar în spatele primăriei. Necazul e că femeia suferă de un handicap locomotor care o obligă să se deplaseze cu ajutorul unui fotoliu rulant. De aceea, constatând că i-ar fi imposibil să facă faţă nevoilor zilnice de deplasare în lipsa unor minime amenajări strict locale ale zonelor de mişcare, a adresat o solicitare edililor pentru o micşorare a înălţimii trotuarului din faţa casei, pe o lungime de 2 metri, atât cât să poată ea să intre în incinta casei.

Este, să spunem, cam ce se face la noi cu voioşie (dar deseori fără nicio noimă) pe la colţurile de stradă din oraşe, unde – deh! – celebrele borduri trebuie schimbate măcar o dată pe an nu? Dar, să nu vă miraţi, se vede treaba că la fraţii noştri de gintă latină lucrurile stau cam viceversa.

Adică, autorităţile i-au răspuns bietei femei că lucrările cu pricina ar fi treaba ei. Deocamdată problema încă îşi aşteaptă rezolvarea, dar e aproape clar că iluştrii aleşi ai populaţiei din Saint-Herblain şi-au însuşit la perfecţie, fără să ştie, morala dintr-o savuroasă fabulă românească: „Noi vrem egalitate, dar nu pentru căţei!" *(A.N.P.)*

Misterele „picioarelor mării"

Un gen de fenomen deopotrivă bizar, sinistru şi mai ales inexplicabil deocamdată se înregistrează de câţiva ani pe două plaje estice ale Americii de Nord, mai exact în Vancouver (Canada) şi pe coastele statului Washington (SUA). Începând din anul 2007, aici au fost găsite întâmplător, aduse de apele oceanice pe ţărm, nu mai puţin de 16 încălţări, în general de genul adidaşilor, având în interior însă şi picioarele umane... aferente!



În 2008, după descoperirea celui de-al şaselea picior încălţat în decursul unui singur an, poliţia, dar şi massmedia au început să lanseze public ipoteze dintre cele mai insolite despre originea fenomenului, de la glumele macabre ale unor studenţi la medicină, până la cazuri de dispariţii de persoane încă neelucidate.

Varianta rămasă în picioare, cât de cât veridică, a fost aceea a unor sinucideri, reţinându-se şi amănuntul că, în cazul unei imersiuni prelungite a unui cadavru uman, membrele se detaşează de corp relativ uşor. S-a mai vorbit despre victime ale traficului de droguri, despre persoane dispărute în urma devastatorului tsunami din 2004, despre existenţa unui ucigaş în serie ori despre un accident aviatic petrecut în 2005. Totuşi, majoritatea acestor cazuri semnalate au rămas neclarificate.

Un singur element cert sută la sută a fost relevat de poliţişti: modelul de încălţări descoperite în cea mai mare parte din situaţii se vindea foarte bine în jurul anului 2013.

Au rămas în schimb alte întrebări fără răspuns: De ce picioarele încălţate au început să apară în mod regulat după anul 2007? De ce aproape toate încălţările sunt de acelaşi tip? De ce nu au apărut şi alte părţi din corpurile celor a fi presupuşi sinucigaşi? Probabil cea care „ştie" care e adevărul este doar marea! *(A.N.P.)*

Ajutor neaşteptat

Jerôme, un bărbat fără adăpost în vârstă de 37 de ani, hoinărea pe străzile din Dole, un orăşel din munţii Jura. Era ora 7 dimineaţa şi afară era destul de frig, aşa că omul a hotărât să intre undeva să se încălzească.

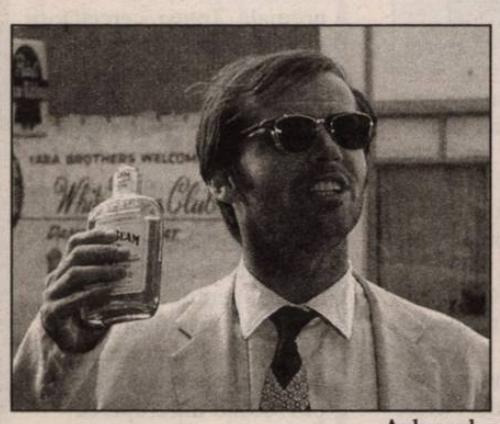
A văzut o brutărie deschisă şi a intrat dorind în acelaşi timp să cumpere o pâine. Îl cunoştea pe proprietarul locului, Michel Flamant, şi era sigur că vor sta de vorbă suficient cât să se încălzească.

Cum a deschis uşa însă, l-a văzut pe brutar palid, clătinându-se pe picioare pentru ca imediat să-i cadă în braţe. Dându-şi imediat seama că e vorba de o intoxicaţie cu monoxid de carbon, l-a tras afară şi a chemat pompierii. Aceştia au remediat defecţiunea cuptorului, dar brutarul a avut nevoie de 12 zile de spitalizare. Revenind la muncă s-a hotărât imediat să-i dea o şansă salvatorului său căruia el şi soţia sa, Monique, le erau extrem de recunoscători. De aceea i-a oferit o sujbă la brutărie, iar Jerome s-a dovedit un ucenic sârguincios.

Dintr-un om fără adăpost este pe cale să devină un maestru brutar iar Michel Flamant, lipsit de moştenitori, dar având încă două brutării a întocmit actele pentru a-i vinde lui Jerôme una dintre ele contra importantei sume de... 1 euro. (I.S.)

Actori la... înălțime!

Nu rareori ne-a fost dat să auzim, despre vreo vedetă a peliculei de celuloid, că ar fi căzut în patima drogurilor sau că are mari probleme din această cauză. Sunt totuși și actori celebri care, chiar dacă nu au făcut un obicei din a apela la asemenea paradisuri false, au consumat droguri pentru a intra mai bine în rol sau, pur și simplu, pentru a face mai ușor față stresului.



Jack Nicholson

Faimos pentru rolurile sale din „Zbor deasupra unui cuib de cuci", „Strălucirea", „Batman", Nicholson a cochetat încă din tinerețe cu marijuana, cocaina și alcoolul. Dar rolul său din „Easy Rider" rămâne legendar, atât pentru incredibila performanță actoricească reușită de Nicholson, cât și pentru faptul că acesta a fost, pe mai toată durata filmărilor, sub influența marijuanei!

De altfel, el însuși recunoștea, într-un interviu acordat revistei *Playboy:* „De fiecare dată înainte să filmăm o scenă, fumam un joint întreg. Era marfă bună, iarbă mexicană, de calitate". La fel de influențat de marijuana a fost actorul și în timpul extrem de dificilelor filmări la „Strălucirea", petrecute într-un viscol apocaliptic. De altfel, unii critici chiar au afirmat, mai în glumă, mai în serios, că Nicholson n-ar fi putut juca atât de bine rolul scriitorului posedat de demoni din acest thriller inspirat de romanul omonim al lui Stephen King, dacă nu s-ar fi aflat „sub influență"...

Dan Aykroyd

Poate părea ciudat ca un actor cât se poate de cumsecade, star al atâtor comedii de familie (inclusiv faimoasa serie „Vânătorii de fantome") să fi folosit vreodată droguri. Și totuși, Aykroyd n-a pregetat să apeleze la cocaină pe când filma la „Tahe Blues Brothers", alături de un alt actor controversat, John Belushi, a cărui apetență pentru droguri era la fel

de recunoscută ca și talentul său de comedian și care, în cele din urmă, avea să cadă pradă patimii sale.

Într-un interviu acordat în 2012 revistei *Vanity Fair,* Aykroyd a recunoscut că pelicula a avut chiar un... buget pentru cocaină, pentru filmările de noapte. „Toți o făceam, inclusiv eu. Nu în exces și nu până la punctul în care să-mi doresc să-mi cumpăr pentru mine, ci doar așa, ca să ne simțim mai bine și să intrăm mai ușor în rol", spunea actorul.

Carrie Fisher

Pasiunea pentru droguri a celei care va rămâne în istoria cinematografiei pentru rolul prințesei Leia din seria „Războiul Stelelor" nu este o surpriză pentru cei care i-au citit romanul autobiografic „Scrisori de la marginea lumii". Într-un interviu acordat cotidianului britanic *Daily Mail,* în

octombrie 2010, Carrie admitea că pe platourile de filmare de la „Imperiul contraatacă" a folosit cocaină, pentru că era foarte stresată și nu credea că o să poată „ține" rolul. Nu știm dacă și la următoarele serii a păstrat acest obicei, dar trebuie să recunoaștem că, de jucat, a jucat excelent!

Nicholas Cage

Nici la un familist convins ca Nicholas Cage, prototipul „băiatului bun", nu te-ai aștepta să recurgă la asemenea subterfugii pentru a intra mai bine într-un rol. Și totuși, a făcut-o, chiar dacă nu voit, ca alții. În timpul filmărilor la „Păcatele unui polițist", din 2009, el a primit o prescripție

medicală pentru folosirea unui medicament pe bază de cocaină, pentru a scăpa de durerile groaznice provocate de inflamația unui sinus.

Mai târziu, chiar el va spune că medicamentul i-a influențat „într-un mod nu prea plăcut" viziunea asupra realității și felul în care a dat viață personajului său. Nu de aceeași părere au fost însă criticii și cinefilii, întrucât „Păcatele unui polițist" a fost considerat una dintre cele mai valoroase producții ale anului 2009, primind un rating de 87% pe celebrul site de profil *Rotten Tomatoes.*

Shannen Doherty

Dacă ați fost fan al serialului Beverly Hills, 90210, atunci cu siguranță vă amintiți că, la sfârșitul celui de-al patrulea sezon, Shannen Doherty, una

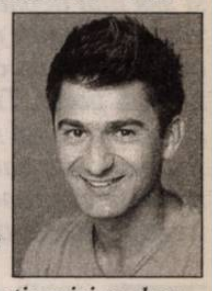
dintre actrițele principale, a fost concediată de producători. Motivul oficial a fost că ar fi manifestat „un comportament inadecvat față de colegi".

De fapt, Jason Priestley, partenerul ei de platou, avea să mărturisească, ulterior, că Shannen venea direct „high" la filmări și, deși juca foarte bine, imediat ce scena se încheia, nimeni nu-i mai putea intra în grații. Mai târziu, Doherty a fost dată afară și din distribuția filmului „Charmed", partenera ei de aici, Alyssa Milano, afirmând același lucru: că drogurile o făceau pe Shannen o actriță foarte bună, dar o persoană extrem de irascibilă, în viața reală.

PORTRET

Paul Ipate

Cine nu-l cunoaște pe celebrul Paul Maximus din reclamele la telefonie mobilă, tânărul simpatic și mereu pus pe șotii, care tot încearcă să-și impresioneze și să-și cucerească iubita prin tot felul de isprăvi eroice, dar și comice? Poate că personajul real din spatele lui Maximus – Paul Ipate – a devenit faimos prin intermediul acestor reclame, dar adevărata lui pasiune rămâne actoria. Pentru că Paul este un actor autentic, care joacă în reclame doar pentru că, așa cum știe oricine, doar din actorie nici Leonardo di Caprio nu s-ar fi îmbogățit în România...



Bucureștean get-beget, născut pe 17 martie 1985, a copilărit însă, până la vârsta școlii, într-un sat din Moldova și poate de aceea a și devenit atât de mucalit. Inițial, și-a dorit să facă sport de performanță, pentru că era un copil foarte energic, dar, deși era pasionat de tenis, lipsurile materiale nu i-au permis să-și urmeze visul. Sau poate că – am putea și așa – destinul avea, pur și simplu, alte planuri pentru el.

Tatăl lui l-a dus la Palatul Copiilor și aici s-a îndrăgostit pe loc de cercul de teatru. Și pasiunea nu l-a mai părăsit de atunci. Absolvirea Universității de Teatru și Film a venit ca un lucru firesc. Au urmat apoi numeroase roluri, la Teatrul de Comedie – în piese precum „A fost odată în Brooklin", „Chirița la Bârzoieni", „Ferdinand al VIII-lea" sau „Biloxi Blues".

S-a remarcat și pe marele ecran, primind rolul principal în apreciatul film al lui Radu Munteanu, „Hârtia va fi albastră", dar a jucat și în alte filme de top ale „noului val", precum „Portretul luptătorului la tinerețe", „Visul lui Adalbert" sau „California Dreamin". Cu siguranță tânărul și simpaticul actor, aflat la apogeul carierei sale, ne va încânta și pe viitor cu talentul său, cu umorul și naturalețea cu care ne-a cucerit și până acum.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

Colțul cu litere

Cu dragostea la shopping

Dacă toată lumea, mai nou, merge la shopping, că nu se mai cade să spui cumpărături, de ce n-ar putea exista și un roman al zilelor noastre ca un mix (că nu se mai poate spune amestec) de sex și shopping? Recent, la Humanitas Fiction, în colecția Raftul Denisei a apărut romanul *Sex, shopping și un roman,* scris de britanicul, născut la Zürich, Alain de Botton.

Sex, shopping și un roman este „o diagramă a minții îndrăgostite, o formulă inedită a aventurii romantice, printre ingredientele căreia se regăsesc rock'n'rollul și filozofia, economia de piață și revistele *glossy,* curentele de modă și multă banalitate. Alain de Botton surprinde momentele universale ale vrăjirii și dezvrăjirii din acest parcurs, punând întrebări despre sex, cumpărături, romane, tipologia sărutului, gelozie, iar Flaubert, Descartes, Platon, D.H. Lawrence, Rousseau, George Bernard Shaw sau Proust îi răspund printre rânduri".

Deși poate părea un talmeș-balmeș, unii ar putea spune că „numai un romancier de mare talent poate transforma întâmplările și rutina dintr-o poveste de dragoste obișnuită într-un studiu rafinat despre iubire în lumea contemporana". Despre ce este vorba? Alice lucrează în publicitate, Eric în domeniul bancar. În casa ei domnește stilul *vintage,* iar în apartamentul lui, minimalismul monocrom. Ea are complexe, el este dezinvolt. Amândoi sunt însă tineri și atrași unul de altul, așa că toate diferențele dintre ei sunt argumente ale îndrăgostirii. Între cosmopolita Londră contemporană și paradisul insulelor tropicale, povestea de dragoste a lui Alice și Eric parcurge toate etapele imaginabile.

La finalul ei, după ce binomul celor doi îndrăgostiți tinde, pentru o scurtă vreme, spre un triunghi amoros, cititorul va trebui să tranșeze, alături de protagoniști, eterna dilemă a cuplului: „extremele se atrag, sau cine se-aseamănă se-adună? Iată și o mostră de stil semnată Alain de Botton: *Șocant de incompatibilă în concepția romantică despre dragoste este ideea că cineva s-ar putea implica într-o relație nu pentru frumusețea ochilor cuiva, sau pentru rafinamentul intelectului său, ci pur și simplu pentru a evita contemplarea unui șir de seri petrecute în singurătate... Lui Alice îi era greață să se gândească la iubire în termeni atât de pragmatici, nevoia de a te mulțumi cu individul pocit peste care dai din întâmplare la piscină, de a te acomoda în mod laș cu produsul defectuos al mediului social în numele unor imperative biologice și psihologice josnice. Deși traiul zilnic impune nuanțe, deși transcendența e rareori inclusă în categoria vieții adulte, știa că nu s-ar putea niciodată mulțumi cu mai puțin decât uniunea sufletească atât de elocvent descrisă de poeți și regizori de film pe tărâmul vrăjit al esteticii.*

Alain de Botton, născut în 1969, este fondatorul școlii londoneze The School of Life (2008), care promovează o noua viziune asupra educației, și al organizației Living Architecture (2009). Până acum i-au apărut 14 cărți de factură eseistică, dezbătând într-o manieră neconvențională teme fundamentale precum dragostea, religia, frumosul etc. A debutat la 23 de ani cu *Eseuri de îndrăgostit (Essays in Love,* 1993, Humanitas Fiction, 2013), *Sex, shopping și un roman (The Romantic Movement. Sex, Shopping and the Novel)* apărând un an mai târziu. Este tradus în peste 30 de țări.

GEORGE CUȘNARENCU

Pofte... de sănătate

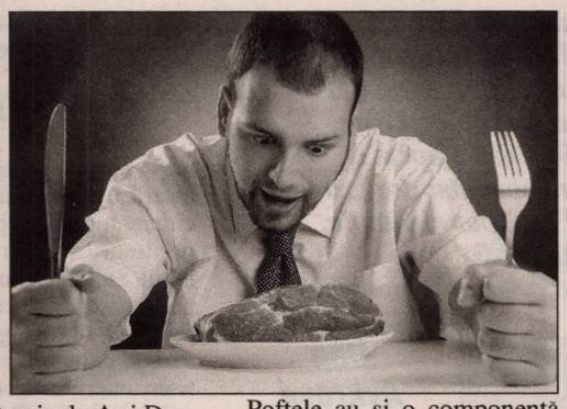
În materie de alimentaţie, fiecare individ uman are anumite preferinţe, iar din când în când îşi doreşte cel mai mult să consume mâncarea respectivă. Totuşi, în anumite momente se poate să simţim nevoia greu de stăpânit de a simţi concret gustul unui produs sau un anumit fel de gust, aromă şi aşa mai departe. Este vorba, desigur, despre ceea ce într-un cuvânt numim pofte. Trebuie să ştim însă că nu neapărat foamea ori o anume lăcomie gastronomică trezeşte aceste dorinţe.

Experţii consideră că poftele apar din mai multe cauze, ce ţin de evoluţie, factori psihologici ca stresul sau nefericirea şi, uneori, nevoia efectivă pentru un anumit tip de mâncare. Cercetătorii britanici în acest domeniu spun că foamea este felul în care corpul se asigură că primeşte energia necesară, sub forma nutrienţilor din mâncare. Când avem stomacul gol, organismul secretă un hormon care comunică cu centrul de comandă din creier – hipotalamusul. Astfel se creează senzaţia de foame şi ştim când trebuie să mâncăm. Poftele sunt însă mult mai complexe şi sunt asociate cu mai multe substanţe din creier.

De fapt, ce ne „spun" poftele noastre de a consuma anumite alimente? Iată cele mai frecvente asemenea dorinţe, „traduse" de specialişti de regulă în carenţe ale organismului!

■ ***Ciocolata şi alte dulciuri.*** Cauza este de obicei dorinţa psihologică pentru a consuma o anumită mâncare ce dă o stare de bine şi o soluţie pe termen scurt la probleme. Totuşi, ciocolata neagră conţine magneziu, antioxidanţi şi fier, aşa că are în mod cert beneficii nutriţionale. De asemenea, stresul este un alt factor pentru dorinţa de a mânca alimente dulci sau grase.

■ ***Carnea.*** Pofta de carne înseamnă că organismul are nevoie de proteine. În plus, dorinţa de a consuma carne roşie poate fi explicată prin deficienţa de fier, în special la femeile însărcinate.



■ ***Lactatele.*** Laptele conţine nutrienţi esenţiali, iar pofta de brânză poate indica nevoia de vitaminele A şi D solubile în grăsimi, în special la cei cu o dietă săracă în grăsimi.

■ ***Peştele.*** Pofta de somon indică o nevoie de acizi graşi Omega3, cea de ton poate releva nevoia de sare, în special la cineva care consumă predominant alimente cu un conţinut scăzut de grăsime şi multe fructe şi legume, având un aport mare de potasiu, dar nu suficient sodiu.

■ ***Pizza, paste şi preparate pane.*** Poate fi un semn de intoleranţă la făină de grâu, în cazul pizzei şi pastelor, pentru că, în mod ironic, poftim acele alimente faţă de care corpul nostru manifestă intoleranţă. Teoria prin care este explicat fenomenul este că, dacă nu digerăm sau absorbim corespunzător anumite alimente, corpul nostru le doreşte tot mai mult, pentru că nu primeşte substanţele de care are nevoie din acele alimente.

Poftele au şi o componentă psihologică – dispoziţia, în special cea proastă, fiind un factor puternic. Cercetătorii arată că dulciurile contribuie la calmarea durerii, eliberând opioide, dând astfel o scuză, de pildă, pentru a-i oferi ceva dulce unui copil care s-a lovit. Ciocolata, în special, determină creierul să elibereze aceste substanţe care induc o stare de plăcere. Nu este deci deloc surprinzător că pofta care apare cel mai frecvent, în proporţie de 50% din toate poftele, este cea pentru ciocolată. Sexul persoanei influenţează şi el natura poftelor pe care le resimte.

Potrivit lui Hill, studiile au arătat că, în general, femeile preferă alimentele dulci, grase şi cu valoare energetică mare, în timp ce bărbaţii se îndreaptă către mâncăruri mai savuroase, deşi nu au fost încă explicate aceste tendinţe.

Detectarea riscurilor demenţei

Deoarece vorbim despre o problemă cu profunde implicaţii sociale şi care, din punct de vedere medical nu e deloc simplu de detectat şi diagnosticat, se înţelege de ce este extrem de important să putem afla în timp util dacă o persoană prezintă sau nu riscuri de demenţă. Desigur, nu putem vorbi despre aşa ceva în actualul sistem naţional de sănătate românesc, însă e important să ştim că în Marea Britanie serviciile de securitate socială sunt implicate activ în acţiuni de detectare a acestor riscuri la o categorie de populaţie cu vârste începând oarecum „de timpuriu", mai exact de la 40 de ani. Specialiştii se referă în acest sens la o soluţie radicală de limitare a expansiunii respectivei maladii psihice.

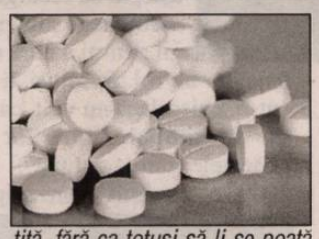
Toţi medicii englezi sunt solicitaţi să le prezinte metode potenţiale de prevenţie pacienţilor între 40 şi 74 de ani, de când anual a început să se înregistreze, la această categorie de vârstă, o creştere a incidenţei bolii. Unele studii arată că practicarea constantă a unui sport, dar şi păstrarea unei greutăţi normale şi tensiunea arterială scăzută constituie cele mai potrivite şi mai simple modalităţi de a evita demenţa. Per total, o treime din cazurile în speţă se leagă de factori ai vieţii cotidiene cum sunt consumul de alcool, supraponderalitatea, tabagismul şi activitatea fizică deficitară.

De pildă, sedentarii (lipsa a cel puţin 20 de minute de sport de 3 ori pe săptămână) prezintă un risc de a dezvolta maladii mentale de 82%. La fel, supraponderalii de 40 de ani care au şi hipertensiune au aceleaşi riscuri mărite cu 30%. În acelaşi timp, o parte din specialişti consideră că şi persoanele subponderale prezintă în proporţii similare riscuri de demenţă.

Aspirina şi cancerul

Nu este prima dată când se vorbeşte despre efecte neaşteptate ale consumului „banalei" aspirine pe perioade relativ mai lungi, dar ne referim aici la un studiu făcut public chiar la începutul acestei luni în revista Asociaţiei medicale americane de oncologie, în care se face trimitere la o potenţială reducere considerabilă a riscurilor de cancer colorectal.

Astfel, potrivit specialiştilor, acest medicament antiinflamator ar fi un element complementar preventiv, alături de colonoscopie şi de alte tehnici medicale utilizate în patologia sus-amintită, fără ca totuşi să li se poată substitui lor. Medicii spun că pot recomanda multor persoane să ia aspirină pentru a evita un cancer colorectal, dar deocamdată sugestia nu se poate extinde la toate tipurile de cancer.



De menţionat că nu ne referim la un studiu superficial: în cazul de faţă au fost implicaţi aproximativ 136.000 de persoane, bărbaţi şi femei, timp de 32 de ani. Iar rezultatele arată că persoanele care au luat în mod regulat aspirină, mai exact câte o doză-standard (300 mg) sau slabă (80 mg), cel puţin de două ori pe săptămână şi-au redus cu 19% riscul de cancer colorectal şi cu 15% pe cel referitor la orice forme de tumori gastrointestinale, în comparaţie cu cei care nu au folosit medicamentul în mod regulat.

În acelaşi timp, specialiştii pun totuşi în gardă populaţia în legătură cu posibilele riscuri de hemoragie cauzată de abuzul de aspirină.

„Miracolul" care ne distruge sănătatea

De multe decenii se vorbeşte despre nocivitatea unor compuşi industriali ai fluorului introduşi în mod conştient în cel puţin două dintre cele mai folosite produse, în fiecare zi – respectiv în apa de la robinet şi pasta de dinţi. Se vorbeşte ca şi cum s-ar încerca nu doar obţinerea de venituri importante din vânzări, ci şi anihilarea tacită, dar sigură a consumatorilor!

Chiar în zilele noastre, reclame deşănţate reluate obsesiv la televizor fac apologia „miracolelor" pe care fluorul din pastele de dinţi le face pentru ca noi să fim sănătoşi. Totuşi, prestigioasa revistă medicală *The Lancet* a publicat un studiu care alătură acest element unor redutabile neurotoxine arhicunoscute, cum sunt arsenicul, mercurul şi plumbul. Nu-i vorbă, cunoscute de mulţi oameni ca atare, adică drept otrăvuri ce produc moartea negreşit, în caz de ingerare în cantităţi reduse. Dar fluorul? Studiul menţionează că dizabilităţile neuronale (deficitul de atenţie, hiperactivitatea, dislexia şi alte afecţiuni cognitive) afectează milioane de copii la nivel mondial în ceea ce ei numesc o nouă pandemie a neurotoxicităţii. Pe lângă fluorul din sursele de apă potabilă din oraşe, substanţa poate fi găsită şi în anumite alimente şi în mod special în anumite tipuri de ceai procesate care au fost cultivate în zone cu un grad ridicat de poluare. Pe de altă parte, din înscrisurile mai noi de pe pasta de dinţi ar trebui să ştim cât de periculos poate fi fluorul, mai ales pentru copii.

Din cauza acestui pericol, mulţi părinţi conştienţi şi responsabili au renunţat la pastele de dinţi care conţin fluor în favoarea unor formule organice pe bază de ulei de cocos, uleiuri esenţiale de mentă şi scorţişoară sau alte ingrediente naturale. În prezent, florura este adăugată în sursele de apă potabilă în cea mai mare partea a Americii de Nord, dar nu e frecvent întâlnită sau este chiar interzisă în majoritatea statelor din Europa şi în alte state dezvoltate.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Potrivit Mediafax, un studiu complex finalizat în anul 2007 a relevat care sunt substanţele pe care unele persoane le consumă/le folosesc mai mult sau mai puţin frecvent şi care, în timp, dau dependenţă, astfel că e foarte dificil ori chiar imposibil de readus victimele la o viaţă normală. Totuşi, cercetătorii au opinii diferite în ceea ce priveşte numirea unei substanţe care provoacă cea mai puternică dependenţă. Iată o scurtă listă, cu precizarea că ordinea e diferită, de la caz la caz.

■ ***Barbituricele*** sunt substanţe folosite în mod normal pentru tratarea anxietăţii şi a insomniei. Barbituricele interferează cu semnalele neuronale, provocând întreruperea activităţii anumitor regiuni ale creierului. Consumat în doze mici, sedativul provoacă o stare de euforie, însă dacă este întrebuinţat în mod excesiv, el poate duce la declanşarea stopului respirator.

Substanţe adictive de uz curent!

■ ***Nicotina*** este principala substanţă din compoziţia tutunului care cauzează dependenţă. În momentul în care cineva fumează o ţigară, nicotina este absorbită rapid în plămâni, de unde ajunge, mai apoi, prin vasele sangvine, în creier.

■ ***Alcoolul*** produce efecte multiple asupra creierului. Cel mai important dintre acestea este creşterea nivelului de dopamină, care poate atinge valori mai mari de până la 360%. Se estimează că 22 de procente dintre persoanele care au consumat alcool cel puţin o dată în viaţă, au devenit dependenţi.

■ În acelaşi top negru mai sunt incluse, desigur, ***drogurile*** (în special heroina, cocaina etc.), despre ale căror diversitate şi efecte extrem de periculoase, populaţia are suficient de multe informaţii pentru a nu „accesa" senzaţiile tari oferite de consumul lor.

Revigorează-te cu cardamom!

Condiment deosebit de aromat, utilizat în mod curent la aromatizarea cafelei, în special în ţările arabe, cardamomul nu e foarte cunoscut la noi şi de aceea nici apreciat ca atare. El are însă şi extraordinare virtuţi terapeutice, iar pregătirea leacurilor care conţin şi cardamom nu este deloc complicată. De pildă, un preparat deosebit de simplu şi eficient în caz de oboseală fizică ori nervoasă sau în caz de pierdere a apetitului sexual, se obţine amestecând un gălbenuş de ou proaspăt cu o linguriţă de miere şi un vârf de cuţit de seminţe de cardamom măcinat.

Un alt leac eficace este tinctura de cardamom. Aceasta se poate prepara în casă din 120 g de cardamom măcinat fin, peste care se pun 550 ml de alcool de 52 de grade. Amestecul se lasă la macerat timp de 6-7 zile, agitându-l din când în când. La sfârşitul perioadei, se filtrează prin tifon şi se păstrează în sticluţe mici, închise la culoare. Tinctura de cardamom este indicată în tratarea impotenţei şi a frigidităţii, a oboselii, aerofagiei şi a digestiei lente.

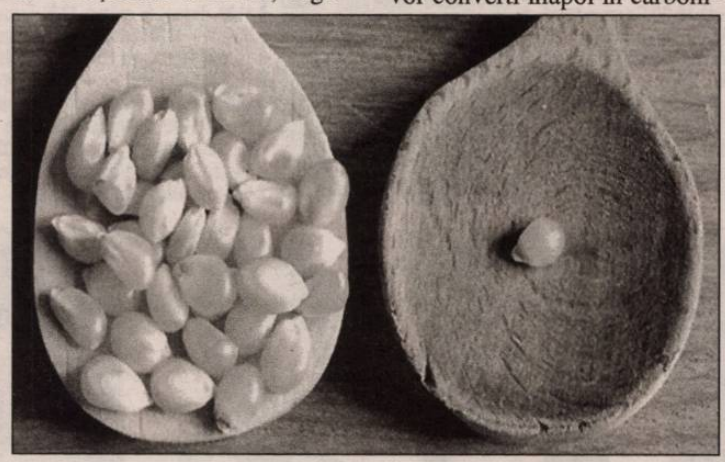
Postul nu ţine doar de credinţă

Afirmaţia din titlu nu mai constituie de multă vreme un secret şi depinde de fiecare persoană care se hotărăşte să ţină post în ce sens îşi orientează prioritatea: fie către aspectul religios, fie către cel legat de sănătate, fie spre ambele. Oricum, cert e că dintotdeauna oprirea de la consumul anumitor alimente şi chiar nealimentarea pe termen limitat (în limbaj comun, cunoscută drept „post negru", ţinut de obicei câte o zi, la anumite intervale de timp) ajută foarte mult organismul să înfrunte şi chiar să elimine anumite boli, uneori dintre cele mai grave.

Întreacăt fie spus, se cunoaşte efectul aproape miraculos al regimului fără alimente aşa-zise normale în diverse forme de cancer, care se pot vindeca astfel. Iar acestea sunt fapte confirmate inclusiv de unii medici care nu resping necondiţionat rolul benefic al terapiilor complementare în tratarea şi vindecarea organismului uman afectat de sute şi sute de maladii mai vechi sau mai noi.

Unii cercetători în domeniu sunt dispuşi să creadă că toate necazurile noastre legate de sănătate sunt cauzate de malnutriţie, şi drept consecinţă, de carenţa sau surplusul de unele micro- şi macroelemente. Iată câteva exemple! Pentru funcţia hepatică normală sunt necesari carbohidraţi, sau pur şi simplu, dulciuri, iar atunci când rezerva carbohidraţilor în organism a devenit prea mare, iar noi nu putem rezista la băuturile dulci, la prăjituri etc., atunci carbohidraţii se convertesc în grăsimi şi, în consecinţă, devenim „candidaţi" la obezitate cu mari şanse de „reuşită". Un alt exemplu: pentru buna funcţionare a inimii, organismul are nevoie de potasiu. Când acesta se află în deficit în alimente, organismul începe să acumuleze mult calciu, care în curând va suprasatura corpul. şi, desigur, se va depune în articulaţii, cauzând alte suferinţe.

Să nu uităm totuşi că în natură lucrurile au fost făcute să se afle în echilibru, în legături şi relaţii perfecte cu celelalte elemente, fie ele vietăţi însufleţite, plante, minerale şi aşa mai departe. Aşadar, cum putem să oferim condiţii cât mai potrivite organismului să se recupereze, să se autoregleze, să se vindece singur? Răspunsul posibil e unul chiar simplu de enunţat; dar, desigur, nu la fel de uşor de pus în practică: trebuie să... flămânzim puţin, însă în mod sistematic. Grăsimile, treptat, se vor converti înapoi în carbohidraţi pentru a furniza alimente aceluiaşi ficat, treptat va dispărea calciul din articulaţii, pietrele din rinichi. Persoanele care practică postul în mod curent spun că, dispare chiar şi tartrul dentar.



Postul este benefic la orice vârstă, excepţie făcând, desigur, copiii mici, care au nevoie de o hrană consistentă şi echilibrată, pentru a-şi fortifica organismul şi a se dezvolta normal. În acelaşi timp, trebuie menţionat că persoanele în vârstă chiar de peste 60-70 de ani, care au trecut prin asemenea perioade de post, remarcă o îmbunătăţire semnificativă în domeniul sănătăţii. Acestea spun că li s-a întors în trup vitalitatea de odinioară, mobilitatea şi pofta pentru stilul de viaţă activ. Mai mult decât atât, fără niciun fel de reţinere să menţionăm că unii chiar observă restaurarea funcţiei sexuale.

Cu toate acestea, nu trebuie să uităm nicio clipă că fiecare persoană este unică, iar modul în care vom posti, deci care este cel mai potrivit pentru fiecare, îl vom stabili împreună cu un terapeut priceput la diete. Deoarece postul include deopotrivă şi anumite subtilităţi şi limitări, care sunt pe deplin cunoscute numai unui specialist, nu vă sfătuim să „flămânziţi" fără a primi şi un sfat avizat!

Remedii naturale

Depozitul de vitamina C

Dacă citim ceea ce se scrie şi se spune în mass-media legat de vitamina C, pare o adevărată competiţie în a denumi cele mai performante fructe şi legume care ne furnizează acest „ingredient" vital. Toate, să recunoaştem, perfect argumentate, dar nu în sensul realizării unei ierarhii, care de altfel nici nu-şi are rostul atunci când vorbim despre sănătate.

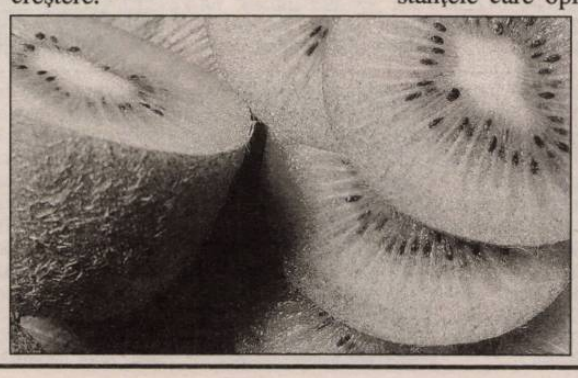
Adevărul este că, potrivit studiilor de specialitate, organismul nostru poate prelua această vitamină din foarte multe surse, care... nu se întrec între ele. Vă prezentăm astăzi un asemenea fruct, din păcate care nu se cultivă la noi, dar e prezent în magazinele alimentare de oriunde: *kiwi*.

Studii recente au demonstrat că fructul de kiwi conţine foarte multe substanţe nutritive, absolut necesare organismului indiferent de anotimp. Consumul regulat de kiwi protejează organismul de diabet şi boli de inimă, de îmbătrânirea precoce a celulelor şi îi întăreşte imunitatea. Fructele trebuie mâncate cu tot cu seminţe, deoarece toţi nutrienţii (proteine, vitamine, minerale) sunt înmagazinaţi în seminţe. Fructul de kiwi conţine mai multă *vitamina C* decât portocala şi mai mult *potasiu* decât bananele.

◆ Potasiul este necesar pentru buna funcţionare a inimii şi controlul presiunii arteriale.

◆ Luteina, bine reprezentată în compoziţia fructelor de kiwi, este o substanţă care reduce riscul de apariţie a cancerului, a bolilor de inimă şi previne cataracta. După porumb, kiwi este considerat, până acum, cea mai bogată sursă de luteină.

◆ Cuprul, de asemenea prezent în compoziţia fructului de kiwi, ajută la întărirea oaselor şi a sistemului imunitar şi la dezvoltarea creierului, având un rol deosebit în procesul de creştere.

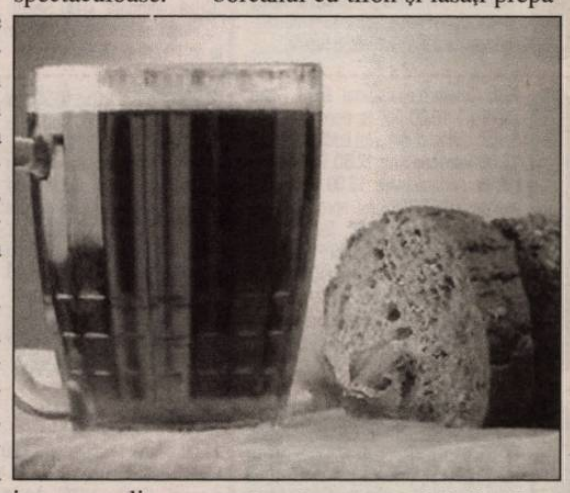


Kiwi are în compoziţia sa şi magneziu, fier, calciu, vitamina E şi B6, acid folic, crom. În plus, înmagazinează toate tipurile de fibre care protejează organismul de bolile cardiovasculare şi diabet, curăţă colonul şi reduc astfel apariţia cancerului de colon. Consumul câtorva fructe în fiecare zi scade nivelul colesterolului şi reduce riscul formării cheagurilor de sânge, întocmai ca aspirina, fără însă să provoace ulcer. Chiar dacă este foarte bogat în atâtea substanţe hrănitoare, kiwi nu îngraşă, un fruct având circa 45 de calorii.

Datorită conţinutului mare de vitamina C, kiwi protejează căile respiratorii, previne artrita şi arterioscleroza, întăreşte sistemul imunitar, fiind în acelaşi timp şi un excelent medicament natural pentru ochi. Antioxidanţii din compoziţia fructului, aproape la fel de mulţi ca în struguri şi portocale, sunt substanţele care opresc îmbătrânirea celulelor. Nu în ultimul rând, conţinutul bogat de vitamine A şi E menţine pielea sănătoasă şi ajută la vindecarea mai rapidă a eventualelor boli de piele.

Sănătate *à la russe*

Medicina tradiţională de pe teritoriul fostei Uniuni Sovietice cunoaşte o diversitate extraordinară, iar efectele utilizării în acest sens a ceea ce ne oferă din plin natura sunt, nu de puţine ori, mai mult decât spectaculoase. Între preparatele tradiţionale ruseşti care au un rol important în sănătatea umană se numără şi băutura numită cvas, care, în mod normal se prepară cu pâine.



Noi vă prezentăm însă mai jos o reţetă bazată în mod esenţial pe sfeclă roşie, fără drojdii. Această băutură combate hipertensiunea, ameliorează schimbul de substanţe şi chiar elimină calculii renali şi biliari. Cvasul din sfeclă după o reţetă veche este un remediu de calitate superioară.

Proprietăţile curative ale sfeclei nu pot fi puse la îndoială. Această legumă curăţă sângele, ameliorează activitatea ficatului, normalizează activitatea colonului şi chiar sporeşte nivelul de hemoglobină. Consumând această băutură regulat, organismul se curăţă, iar activitatea organelor interne se va îmbunătăţi.

Ingredientele necesare sunt: o sfeclă roşie de mărime medie, 2 litri de apă, 4 linguri de zahăr, o coajă de pâine neagră uscată. Curăţaţi şi tăiaţi sfecla în bucăţi mici; puneţi-o într-un borcan, turnaţi apa, apoi adăugaţi zahărul şi coaja de pâine. Acoperiţi borcanul cu tifon şi lăsaţi preparatul să fermenteze 3-4 zile. Cvasul fermentat se strecoară, se toarnă într-o sticlă cu dop şi se pune în frigider.

Această băutură sănătoasă şi reconfortantă conţine substanţe minerale preţioase (de pildă, rubidiu şi cesiu, care ajută organismul să lupte cu hipertensiunea), vitaminele C, PP şi cele din grupa B. Se recomandă consumul cvasului de 2-3 ori pe zi, după mesele principale.

Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

LUNI - 28 martie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează – la atitudine! 11.00 Serial: „Viaţa dublă a lui Eddie McDowd" 12.00 Teleshopping 12.30 Descălecaţi în Carpaţi 13.00 Germana... la 1 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 17.00 Garantat 100% (r) 18.00 Întrebări şi răspunderi 19.00 Emisiunea de luni 20.00 Telejurnal 21.00 Prim-plan 22.30 Starea naţiei 23.30 Nocturne 0.30-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Bake Off Romania 22.30 Las Fierbinţi 23.30 Ştirile ProTv 0.05 Serial: „Criză naţională" (ep.1) 1.00 Serial: „Spitalul de demenţă" 2.00 –6.15 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Chefi la cuţite 23.30 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Insula delfinilor" (SUA, 1964). Cu: George Kennedy, Larry Domasin 3.00 Observator (r) 3.45 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Film: „În sfârşit, văduvă" (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Cireaşa de pe tort 12.30 Secrete de Stil (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 15.00 Camera de râs 15.30 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Împlânzirea scorpiei 18.00 Focus 19.15 Mama mea gătește mai bine 20.15 Cronica Cârcotaşilor 21.00 Film: „Corbul" (SUA, 1994) 23.00 Trăsniţii 23.45 Focus din inima României 0.15 Focus Magazin 1.00-6.15 Reluări.

acasa

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Suflet călător" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Film: „Danielle Steel's – Mesaj din Vietnam" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului" 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.315 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Mic dejun cu un campion (r) 9.30 Dincolo de viitor (r) 10.00 Documentar 360º – GEO 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.10 Gala Premiilor Gopo 22.00 Telejurnal 22.30 Teatru TV: „Noul locatar" de Noul locatar 0.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.00 Film: „Danielle Steel's – Mesaj din Vietnam" (r) 8.45 La Măruţă (r) 10.30 Serial: „La bloc" (r) 12.45 Film: „Numele meu este Khan" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: Conspiraţia tăcerii" (SUA, 2010) 20.30 Film: „Umbra vulturului" (SUA, 1978). Cu: Jackie Chan 22.30 Film: „Atacul din Jersey" (SUA, 2012). Cu: Jack Scalia, Jeremy Luke 0.30 Film (r) 2.30 Cine A.M.

MARŢI - 29 martie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează 11.00 Serial: „Viaţa dublă a lui Eddie McDowd" 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 EURO polis 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 17.00 Nocturne (r) 18.00 Europa mea (r) 19.00 Ochiul magic (r)) 20.00 Telejurnal 21.00 Prim-plan 22.25 Starea naţiei 23.30 Film: „Câteva zile din viata lui Oblomov" (URSS, 1980). Cu: Oleg Tabakov 1.55-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 22.30 Las Fierbinţi 23.30 Ştirile ProTv 0.05 Serial: „Criză naţională" 1.00 Serial: „Spitalul de demenţă" 2.00-6.15 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 În puii mei! 22.30 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Imperiul" (SUA, 2002). Cu: John Leguizamo, Sonia Braga 2.45 Observator (r) 3.30 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Jurnalul STV Junior (r) 8.00 Mondenii 8.45 Focus din inima României (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Cireaşa de pe tort 12.30 Focus Magazin (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 15.00 Camera de râs 15.30 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii 18.00 Focus 19.00 Mama mea gătește mai bine 20.15 Cronica Cârcotaşilor 21.00 Film: „Epicentru" (SUA, 2000) 23.00 Trăsniţii 23.45 Focus din inima României 0.15 Focus Magazin 1.00-6.15 Reluări.

acasa

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Lupta rozelor" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului" 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.45 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Drumul lui Leşe (r) 9.30 A doua emigrare (r) 10.00 Documentar 360º – GEO (r) 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.00 Serial: „Legea lui Doyle" 20.10 D'ale lu' Mitică (r) 21.10 Cartea cea de toate zilele 21.20 Fotbal: Elveţia – Bosnia Herţegovina 23.30 Festivalul Internaţional George Enescu 2015 1.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

6.15 Film: „Danielle Steel's – Mesaj din Vietnam" (r) 8.15 La Măruţă (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.15 Film: „Karate Kid" (SUA, 1984) 14.45 Film: „Vizitatori în America" (România, 2002) 16.30 Serial: „La bloc" 18.45 Film: „Mamă pe fugă" (SUA, 2009). Cu: Uma Thurman, Anthony Edwards 20.30 Film: „Tatăl vitreg" (SUA, 2009) 22.30 Film: „Fustangii" (Franţa, 2012). Cu: Jean Dujardin 0.45 Film (r) 2.45 Cine A.M.

MIERCURI - 30 martie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează 11.00 Serial: „Viaţa dublă a lui Eddie McDowd" 12.00 Teleshopping 12.30 În grădina Danei (r) 13.00 Fără etichetă 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Convieţuiri 17.00 17.00 Profesioniştii 18.00 Ora de ştiri 19.00 Studio fotbal 19.50 Fotbal: România – Lituania 22.00 Studio fotbal 22.30 Starea naţiei 23.35 Maşini, teste şi verdicte 0.10 Film: „Rivalii din bucătărie" (M. Britanie, 2010). Cu: Oscar Kennedy, Helena Bonham 1.50-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Ferma vedetelor 22.30 Las Fierbinţi 23.30 Ştirile ProTv 0.05 Serial: „Criză naţională" 1.00 Serial: „Spitalul de demenţă" 2.00-6.15 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 În puii mei! 22.30 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Dă-i bătaie!" (SUA, 2009). Cu: Ellen Page 2.45 Observator (r) 3.30 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Împlânzirea scorpiei 8.00 Mondenii (r) 8.45 Focus din inima României (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Cireaşa de pe tort 12.30 Focus Magazin (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 14.30 Teleshopping 15.00 Camera de râs 15.30 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii 18.00 Focus 19.15 Mama mea gătește mai bine 20.15 Cronica Cârcotaşilor 21.00 Film: „Justiţie la limita legii" (Anglia, 2012) 23.00 Trăsniţii 23.45 Focus din inima României 0.15 Focus Magazin 1.00-6.15 Reluări.

acasa

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Lupta rozelor" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului" 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.45 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Serial: „Legea lui Doyle" (r) 9.30 Pescar hoinar (r) 10.00 Documentar 360º – GEO (r) 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.00 Serial: „Legea lui Doyle" 19.50 Telecinemateca: „Scandal internaţional" (SUA, 1948) 22.00 Telejurnal 22.30 Serial: „În umbra legii" 1.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.00 Film: „Mamă pe fugă" (r) 8.45 La Măruţă (r) 10.30 Serial: „La bloc" (r) 12.45 Film: „Conspiraţia tăcerii" (r) 14.45 Film: „Seminţele distrugerii" (coprod., 2011) 16.45 Serial: „La bloc" 19.00 Film: „Irezistibilul Harold" (SUA, 2006) 20.30 Film: „Punct de impact" (SUA, 2008) 22.15 Film: „Dragoste otrăvitoare" (SUA, 2002) 0.30 Film (r) 2.15 Cine A.M.

HOLLY HUNTER
– vineri, 20.10 –

KEANU REEVES
– sâmbătă, 20.30 –

HELENA BONHAM
– miercuri, 0.10 –

GEORGE KENNEDY
– luni, 1.00 –

UMA THURMAN
– marți, 18.45 –

ŞTEFAN BĂNICĂ
– joi, 21.00 –

JACLYN SMITH
– sâmbătă-duminică, 19.00 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI - 31 martie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează 11.00 Serial: „Viaţa dublă a lui Eddie McDowd" 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 De joi până joi 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Akzente 17.00 Interes general 18.00 Lozul cel mare 18.30 În culisele energiei 19.00 Mediatorii 20.00 Telejurnal 21.10 Între Bine şi Rău 22.30 Starea naţiei 23.30 Film: „Conspiraţia mondială" (partea a II-a) 1.10-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Las Fierbinţi 21.30 Serial: „Atletico Textila" 22.30 Ştirile ProTv 23.05 Serial: „Criză naţională" 0.00 Serial: „Spitalul de demenţă" (ultimele ep.) 1.30-6.15 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Next Star 23.00 Un Show Păcătos 1.00 Film: „Pe picior greşit" (SUA, 2001). Cu: Sheryl Lee 2.45 Observator (r) 3.30 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Casa: construcţie şi design (r) 8.00 All Inclusive (r) 8.45 Focus din inima României (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.30 Cireaşa de pe tort 12.30 Focus Magazin (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 15.00 Camera de râs 15.30 Mondenii 16.30 Focus 17.00 Trăsniţii 18.00 Focus 19.15 Mama mea gătește mai bine 20.15 Cronica Cârcotaşilor 21.00 Film: „Harababura" (România, 1990). Cu: Ştefan Bănică 23.00 La TV 23.45 Focus din inima României 0.15 Focus Magazin 1.00-6.15 Reluări.

acasa

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Lupta rozelor" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului" 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.45 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Serial: „Legea lui Doyle" (r) 9.30 Europa 360º (r) 10.00 Documentar 360º – GEO (r) 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.00 Serial: „Legea lui Doyle" 20.10 Poveste după poveste 21.00 Arte, carte şi capricii 22.00 Telejurnal 22.30 Serial: „În umbra legii" 23.30 Interviurile Festivalului George Enescu, 2015 0.30 Eveniment cultural 1.30-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.00 Film: „Conspiraţia tăcerii" (r) 8.45 La Măruţă (r) 10.30 Serial: „La bloc" (r) 12.45 Film: „Irezistibilul Harold" (r) 14.15 Film: „Seminţele distrugerii" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Arsenalul seducţiei" (SUA, 1993). Cu: Jack Scalia, Alyssa Milano 20.30 Film: „O relaţie specială" (coprod., 2010). Cu: Michael Sheen 22.30 Film: „Casa celor 13 fantome" (SUA, 2001) 0.30 Film (r) 2.30 Cine A.M.

VINERI - 1 aprilie

TVR 1

7.00 Telejurnal matinal 9.00 Starea naţiei (r) 10.00 Tot ce contează 11.00 Serial: „Viaţa dublă a lui Eddie McDowd" 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 În culisele energiei (r) 13.30 M.A.I. aproape de tine 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Oameni ca noi 16.00 Parlamentul României 17.00 Ne vedem la TVR 19.00 Cooltura 20.00 Telejurnal 21.10 O dată-n viaţă 0.35 Film: „Blestemul şerpilor" (SUA, 2008). Cu: Brad Johnson, Keith Stone 2.05-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.30 La Măruţă (r) 12.00 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile ProTv 14.00 Vorbeşte lumea 15.00 Lecţii de viaţă 16.00 Ce spun românii 17.00 Ştirile ProTv 17.30 La Măruţă 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Românii au talent 23.00 Film: „Triunghiul dragostei şi al morţii" (coprod., 2014). Cu: Oscar Isaac 1.00-6.15 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 10.55 Teleshopping 11.15 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Film: „A şasea zi" (SUA, 2000). Cu: Arnold Schwarzenegger, Michael Rooker 23.00 În puii mei Xtra Show 0.15 Film: „Noapte de groază" (SUA, 2011) 2.30-3.30 Reluări.

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Dosarele DNA (r) 8.45 Focus din inima României (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Mama mea gătește mai bine (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Cireaşa de pe tort (r) 12.30 Focus Magazin (r) 13.20 Teleshopping 14.00 Focus 14 15.00 Camera de râs 15.30 Mondenii 16.30 Focus 17.00 La TV 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Film: „Păcală" (România, 1974). Cu: Sebastian Papaiani, Ştefan Bănică 23.00-6.15 Reluări.

acasa

6.00 Vorbeşte lumea (r) 8.45 Serial: „Lupta rozelor" (r) 11.00 Teleshopping 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Lupta rozelor" 20.00 Serial: „În umbra trecutului" 22.00 Serial: „Avenida Brasil" 23.00 Serial: „Regina" 0.45 Serial: „Santa Diabla" 1.45-3.45 Reluări 5.30 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.00 Teleshopping 8.10 5 minute de ştiinţă 8.20 Serial: „Legea lui Doyle" (r) 9.30 Natură şi aventură (r) 10.00 Documentar 360º – GEO (r) 11.00 La fix 12.00 Telejurnal 12.30 Actual pe 2 14.15 Teleshopping 14.30 Cultura minorităţilor 15.00 Telejurnal 16.00 Ieri-Azi-Mâine 17.00 Documentar 360º – GEO 18.00 Ora de ştiri 19.00 Eveniment cultural (r) 20.10 Film: „Revolta din ţinutul Harlan" (SUA, 2000). Cu: Holly Hunter 22.00 Telejurnal 22.30 Dincolo de viitor 23.10 Film: „8 minute de repaus" (M. Britanie, 2012) 0.40-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

6.00 Film: „Arsenalul seducţiei" (r.) 8.00 La Măruţă (r) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Operaţiunea «Petrecerea anului»" (SUA, 1957) 14.15 Film: „Prietenii Spărgătorului de Nuci" (SUA, 1999) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Pământencele cedează uşor" (coprod., 1989) 20.30 Film: „Al patrulea înger" (SUA, 2001) 22.30 Film: „Fratele" (Japonia, 2000) 1.00 Film: „Al patrulea înger" (r) 2.45 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ - 2 aprilie

TVR 1

7.00 Gala umorului (r) 8.00 Serial: „Micul Dracula" 8.35 Politică şi delicateţuri (r) 9.40 Zon@ 10.10 Maşini, teste şi verdicte (r) 10.40 O dată-n viaţă (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Doc.: „Din tainele păsărilor" 15.00 Ora regelui 16.00 Film: „Domnul" (Franţa, 1964) 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 Ochiul magic 21.50 Starea naţiei 22.50 Profesionişti 23.50 Film: „Lista lui Adrian Messenger" (SUA, 1963) 1.35-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.00 I like IT 10.30 Ce se întâmplă, doctore? 11.00 Arena bucătarilor 11.30 Film: „Scandal în cartierul chinezesc" (SUA, 1986) 14.15 Ferma vedetelor (r) 16.15 Românii au talent (r) 19.00 Ştirile ProTv 20.30 Film: „John Wick" (SUA, 2014). Cu: Keanu Reeves 22.00 Film: „Resident Evil: Răsplata" (coprod., 2012). Cu: Milla Jovovich 0.00-6.30 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 10.00 Serial: „Lassie" 11.00 Film: „Provocarea albastră 2" (SUA, 2011). Cu: Elizabeth Mathis 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Frilm artistic 19.00 Observator 20.00 Te cunosc de undeva! 23.15 Film: „Cutia neagră" (SUA, 1992). Cu: Robert Redford, Ben Kingsley 1.45 Film: „Provocarea albastră 2" (r) 3.45 Film: „Insula delfinilor" (SUA, 1964).

PRIMA TV

7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniţii (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Secrete de Stil 10.30 Jurnalul STV Junior (r) 11.30 All Inclusive 12.00 Doc.: „Lumea lui Geo Saizescu" 14.00 Focus 14 15.00 Împlânzirea scorpiei 16.00 Schimb de mame 18.00 Focus 19.15 Cireaşa de pe tort 20.30 Film: „Bone după miezul nopţii" (SUA, 2007). Cu: John Leguizamo, Katherine Waterston 22.30 Dosarele DNA 23.30 Mărul Discordiei 1.00-6.00 Reluări.

acasa

6.00 Serial: „Istorie în farfurie" (sfârşitul seriei) 8.00 Teleshopping 8.30 Serial (r) 11.15 Serial: „În umbra trecutului" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Serial: „Spune-mi că eşti a mea!" 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Suflet călător" 19.00 Film: „Danielle Steel's – Album de familie" (SUA, 1994, partea I). Cu: Jaclyn Smith, Michael Outkean 21.00 Serial: „Suflet călător" 23.00 Serial: „Vise de smarald" 0.00 Serial: „Santa Diabla" 1.00-3.00 Reluări 5.00 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.15 Teleshopping 8.00 Locuri, oameni şi comori (r) 8.30 Cap Compas (r) 9.00 Natură şi sănătate (r) 9.30 Mic dejun cu un campion 10.30 Serial: „Connor sub acoperire" 10.55 Poveşti citadine 11.30 Destine ca-n filme (r) 12.30 Prin ţara Zânelor 13.00 Deportaţii 14.10 Film: „O văduvă de aur" (Franţa, 1969) 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Popasuri folclorice 18.00 Telejurnal 18.30 Locuri, oameni şi comori 19.00 Arte, carte şi capricii (r) 20.10 Film: „1939" (M. Britanie, 2009) 22.20 Filmul de artă: „Ragtime" (SUA, 1981) 0.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

6.00 La Măruţă (r) 7.30 Film: „Pământencele cedează uşor" (r) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 11.45 Film: „Operaţiunea «Petrecerea anului»" (r) 14.00 Film: „Arsenalul seducţiei" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Condamnat pe nedrept" (SUA, 2010). Cu: Julia Ormond 20.30 Film: „Michael Jackson: Asta-i tot" (SUA, 2009). Cu: Michael Jackson 23.00 Film: „Cercul vrăjitoarelor" (coprod., 2007) 2.30 Cine A.M.

DUMINICĂ - 3 aprilie

TVR 1

7.00 Teleenciclopedia (r) 8.10 Universul credinţei 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viaţa satului 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Descălecaţi în Carpaţi 15.00 Politică şi delicateţuri 16.00 Gala umorului 17.00 Preţuieşte viaţa! 18.00 Lozul cel mare 18.35 La taifas cu Europa 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Povestea lui Babe Ruth" (SUA, 2008) 23.10 Garantat 100% 0.10 Film: „Vara" (coprod., 2008) 1.40-5.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Ştirile ProTv 10.00 După 20 de ani (r) 11.00 Film: „Uite cine vorbeşte" (SUA, 1989). Cu: John Travolta, Kirstie Alley 13.00 Ştirile ProTv 13.05 Ce spun românii (r) 14.00 Ferma vedetelor (r) 16.00 Bake Off România (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Ştirile ProTv 20.00 Film: „Sahara" (coprod., 2005) 22.30 Film: „Cecul sau viaţa" (SUA, 2003). Cu: Ben Affleck, Aaron Eckhart 0.45-6.15 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 9.30 Te cunosc de undeva! (r) 13.00 Observator 13.15 Next Star (r) 16.00 X Factor: Best Moments 19.00 Observator 20.00 iUmor 22.30 În puii mei! 0.30 Film: „Instrucţiuni medicale" (SUA, 2009). Cu: Emily Rose, Johnny Sneed 2.15 Film: „Corupţi de libertate 2" (SUA, 1994). Cu: Russell Wong, Dan Stockwell 4.00 Film: Instrucţiuni medicale" (r).

PRIMA TV

7.00 Teleshopping 7.30 Trăsniţii (r) 8.15 La TV (r) 8.45 Casa: construcţie şi design (r) 9.20 Teleshopping 10.00 Focus Magazin (r) 11.30 Film: „Păcală" (r) 14.00 Focus 14 15.00 Cronica Cârcotaşilor (r) 18.00 Focus 19.30 Cireaşa de pe tort 20.30 Schimb de mame 22.30 Trădaţi în dragoste 0.30 Film: „Până de curent" (SUA 2012, partea I). Cu: Thai Edwards, Kevin Ketcham, Sean Patrick Flanery 2.30-6.00 Reluări.

acasa

6.00 Serial: „Cum am sl3bit" (ep.1,2) 8.00 Teleshopping 8.30 Serial: „Suflet călător" (r) 11.15 Film: „Danielle Steel's – Album de familie" (r) 13.30 Teleshopping 14.00 Serial: „Pasiune interzisă" 15.00 Serial: „Diamantul nopţii" 16.00 Zodiacul de ACASĂ 17.00 Serial: „Sufletul meu pereche" 18.00 Serial: „Suflet călător" 19.00 Film: „Danielle Steel's – Album de familie" (partea a II-a) 21.00 Serial: „Suflet călător" 23.00 Serial: „Vise de smarald" 0.00 Serial: „Santa Diabla" 1.00-3.00 Reluări 5.00 Ce se întâmplă, doctore?

TVR 2

7.15 Teleshopping 8.00 Popasuri folclorice (r) 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Serial: „Connor sub acoperire" 11..30 Locuri, oameni şi comori (r) 12.00 Cap Compas 12.30 A doua emigrare 13.00 Natură şi sănătate 14.10 Film: „Rădeţi ca-n viaţă" (România, 1983). Cu: Oana Pellea, Stelian Nistor 15.40 Poveşti citadine 16.00 Festivalul Internaţional de Circ de la Monte-Carlo 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Telejurnal 18.30 Drumul lui Leşe 19.30 Europa 360º 20.10 Film: „Flăcări pe comori" (România, 1988) 22.00 Gala Premiilor Radio România Cultural 2016 23.10 Serial: „Hacker" 0.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.15 Serial: „La bloc" (r) 9.30 Film: „Operaţiunea «Petrecerea anului»" (r) 11.45 Film: „Pământencele cedează uşor" (r) 13.45 Film: „Michael Jackson: Asta-l tot" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Albert cel gras" (SUA, 2004) 20.30 Film: „Un alt început" (coprod., 2005) 22.45 Film: „Cel mai valoros premiu" (SUA, 2007). Cu: Alan Rickman 1.00 Cine A.M.

SUGESTII

Integramă de **M. ALBU**

JOC DE CĂRȚI / AMATOARE DE CHEFURI		SAVOAREA CAFELEI / TUB SPRE PLAMÂNI		PICTOR DE BISERICI / EPOCĂ		ÎNCEPUT DE PROIECT! / COADĂ DE GÂNSAC!		SURVOL RAPID / STUDIU LITERAR		SETURI DE FLUIERE / TEL!	
PREZICE VIITORUL / ȘEF DE PESCARI							A IMPUNE CU FORȚA / ANOTIMPURI GEROASE				
						PUI DE CAPRĂ / FACE TOTUL PE ÎNDELETE				ÎL CHEAMĂ LA FEL	
RĂGET DE MĂGAR / FOLOSITE LA CUSUT				NU CREDE ÎN SFINȚI / ACREȘTE SALATA					ÎN CATREN! / CUNOSCUȚI DE TOȚI		
			PROGRAMUL ELEVULUI / GRĂMADĂ DE PAIE					URMAȘII NOȘTRI / CÂINELE DELTEI			
	DE UNDE RĂSARE SOARELE / NARATIVI				PRINȚ RUS / ÎNCASEAZĂ DĂRILE						URECHEAȚII DINTRE OI
		A SCĂDEA PREȚUL / SUPRAFEȚE DE ZBOR								ZBURĂTOR CU ARIPI DE CEARĂ	
ÎN JEEP! / PISTE PENTRU SCHI							SCĂPAT DIN VEDERE / SPARTE LA OMLETĂ				
				A CĂUTA MĂRUNȚIȘ / ULTIMELE LA VOLEI!							
A COTI / COCA ION / SUNT SUB SUTIMI			RĂSUNET ÎN MUNȚI					CALAPOD DE CIZMĂRIE			
					PLANTĂRI DE PUIEȚI						

Umor

– *Mami, de ce n-are tata păr pe cap?*

– *Ei, pentru că... pentru că gândește foarte mult!*

– *Atunci tu, mami, de ce ai așa un păr așa mare!?*

– *Termină odată cu întrebările prosteşti!*

Judecătorul:

– *De ce i-ați dat soțului cu telecomanda-n cap?*

– *Pentru că televizorul era prea greu!*

Un tip proaspăt căsătorit își salvează numărul soției în mobilul său: „viața mea”.

După un an de mariaj, l-a schimbat în „nevasta”.

După cinci ani de mariaj: „acasă”.

După zece ani: „Hitler”.

După aniversarea căsătoriei de argint: „număr greșit”.

Două blonde, la o recepție simandicoasă, după ce au defilat pe la bufet. Una către cealaltă:

– *Dragă, hai să plecăm! Vinul cică e vechi, icrele sunt negre!*

Psihiatrul desenează un triunghi și își întreabă pacientul:

– *Ce vă sugerează acest desen?*

– *Femei goale!*

Apoi desenează un cerc:

– *Dar figura asta ce vă sugerează?*

– *Femei goale!*

Mai desenează un pătrat:

– *Dar asta?*

– *Femei goale!*

– *Văd că aveți o idee fixă cu femei goale!*

– *Eu am o idee fixă? Cine a desenat toate obscenitățile astea?!*

SUDOKU

jocul săptămânii: 12

	7				1			
						4		7
		6		7				8
4	9		5	6		8		
	5			1			3	
		8		2	7		9	1
7				4		2		
8		9						
			9				8	

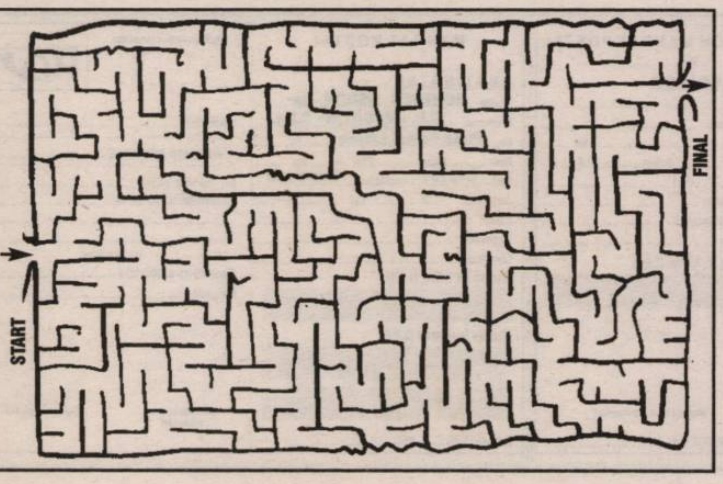
Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 11

9	7	6	4	8	5	1	2	3
4	8	3	6	1	2	5	9	7
2	5	1	9	7	3	8	6	4
3	2	5	8	9	7	4	1	6
6	4	9	5	3	1	7	8	2
8	1	7	2	6	4	9	3	5
7	9	8	3	4	6	2	5	1
5	6	4	1	2	8	3	7	9
1	3	2	7	5	9	6	4	8

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul



SOLUȚIA INTEGRAMEI „GHICITORI”:

Orizontal: P - O - G - S - B - Z - CONSTRUCTORI - TEAFAR - RAID - REGN - IATA - MI - RADA - RAITA - EA - INMII - ETC - V - ETUI - ORI - O - ASFALTARI - AM - TO - AER - DECI - MIRAT - SL - MUS - RIT - AIURITI - MIEUNA - AURIE.

Verificați-vă cunoștințele!

Ștefan cel Mare

1. Care au fost părinții lui Ștefan cel Mare?
2. Care este cea mai importantă biserică (mănăstire) dintre ctitoriile marelui voievod?
3. Cine a realizat statuia lui Ștefan cel Mare din municipiul Iași?
4. Cine a scris poemul eroic „Dumbrava Roșie” evocând bătălia de la Codrii Cosminului și aducând astfel un cald elogiu lui Ștefan cel Mare?
5. Cine a compus uvertura simfonică „Ștefan cel Mare”?
6. Cine a realizat filmul „Ștefan cel Mare. Vaslui 1475”?
7. Când a fost canonizat Ștefan cel Mare de Biserica Ortodoxă Română?

Răspunsurile din numărul trecut

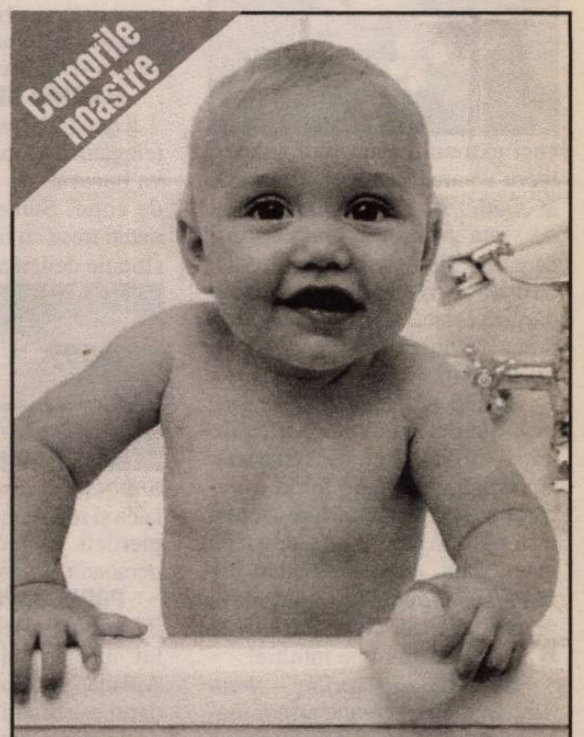
1) Prin bătălie se înțelege de obicei lupta între două forțe armate. 2) Zeița războinică din mitologia romană se numea Bellona. 3) Temutul Hanibal a fost învins de Scipio Africanul în bătălia de la Zama. 4) Lucrarea „Bătălia broaștelor cu șoarecii” aparține rapsodului grec Homer (sec. IX-VIII î.Hr.). 5) Tabloul „Bătălia de la Chesma” poartă semnătura lui Ivan Aivazovski. 6) Uvertura simfonică „1812” compozitorului rus Piotr Ilici Ceaikovski (1840-1893). 7) Filmul „Bătălia de pe Nertva” a fost realizat de regizorul Veliko Bulakic.

Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Oaia” am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: Florentina Gorea, Toplița; *Mioara Popa* și *Daniela Nicolae,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Matei Bărbulescu* și *Florin Mateescu,* Iași; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei și *Ing. Mihai Waspusch,* București.

Vă dorim tuturor mult succes în continuare. (Irina Stoica)

Comorile noastre

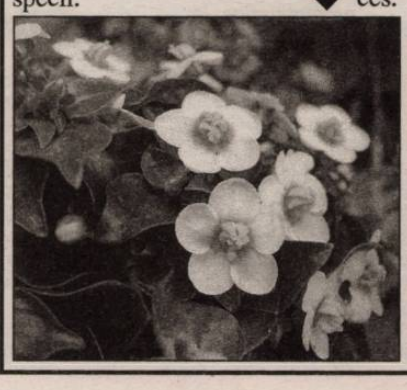


CRISTIAN MARIUS OVIDIU
– București

Sfaturi practice

Violeta persană
Exacum affine

◆ Plantă decorativă de interior, cu flori parfumate și persistente ce crește sub formă de tufă cu înălțimea de 15-20 centimetri și are frunzele lucioase, ovale, de culoare verde oliv. Este originară din Insula Socotra, din Oceanul Indian. Genul Exacum cuprinde aproximativ 25 de specii.



◆ Ca să înflorească pe toată perioada verii trebuie ținută într-un loc mai răcoros și să i se administreze îngrășământ în fiecare săptămână. Pentru a înflori pe o perioadă mai lungă i se îndepărtează florile imediat după ofilire.

◆ Nu se udă în exces. Prea multă apă îi dăunează și frunzele se vor îngălbeni. Nici măcar în farfurie nu trebuie să rămână apă. Udarea se face după ce pământul la suprafață s-a uscat.

◆ Are nevoie de căldură pe toată perioada anului. Iarna, temperatura nu ar trebui să scadă sub 10 grade Celsius. Nu se plasează în lumina directă a soarelui.

◆ Se poate înmulți prin semințe, care se plantează în lunile februarie-martie, înflorirea făcându-se abia prin iunie. După dezvoltare, răsadurile se pot muta separat pentru o mai bună germinare.

◆ În apartamente, locul ideal de amplasare poate fi baia, deoarece preferă atmosfera umedă.

Zodiacul japonez

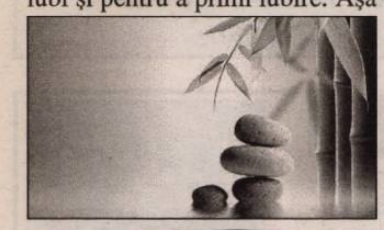
Acest zodiac are doar 11 zodii, spre deosebire de cel european. Fiecărei zodii îi corespunde o anumită perioadă calendaristică şi astfel sunt scoase în evidenţă anumite trăsături ale personalităţii. Asiaticii au făcut o asociere între caracteristicile zodiilor şi diferite elemente din natură sau animale. Vă invităm să descoperiţi din ce zodie faceţi parte.

FLOARE DE CIREŞ *(15 februarie – 20 martie).* Este simbolul gingăşiei şi al dragostei. Sunteţi pozitivi, afectuoşi, spontani şi entuziaşti. Câteodată puteţi de-

veni extrem de sensibili şi acest lucru vă afectează cursul normal al vieţii. ■ *Personalitate:* Plini de viaţă şi întotdeauna cuprinşi de o energie debordantă. ■ *Sfat:* Urmaţi-vă visele cu încredere şi dăruire.. dacă aveţi probleme în dragoste nu ezitaţi să vă bazaţi pe prieteni.

SOARE *(21 martie – 29 aprilie).* Sunteţi simbolul perfecţiunii şi al dorinţei de renaştere. Optimişti, pasionali, iubiţi înflăcărat şi fără teamă. Mare atenţie însă că din prea multă dragoste puteţi răni persoanele din jur. ■ *Personalitate:* Siguri pe sine şi mereu aspiraţi spre un ideal. ■ *Sfat:* Bazaţi-vă pe intuiţie!

BAMBUS *(30 aprilie – 4 iunie).* Sunteţi persoane armonioase, longevive, trăiţi doar pentru a iubi şi pentru a primi iubire. Aşa



cum bambusul este dependent de lumină, şi dumneavoastră vă ataşaţi de atenţia şi iubirea celor din jur. Sunteţi de neînvins atunci când vă doriţi ceva şi vă adaptaţi uşor schimbărilor. ■ *Personalitate:* Vă adaptaţi uşor oricărei situaţii ivite, sunteţi firi deschise şi vă place să comunicaţi cu cei din jur. ■ *Sfat:* Aveţi încredere în dumneavoastră!

BIVOL *(5 iunie – 6 iulie).* Sunteţi simbolul familiei şi al fertilităţii. Propria locuinţă este pusă mereu mai presus de orice. Căutaţi să menţineţi echilibrul în familie şi evitaţi cu orice preţ discuţiile în contradictoriu. ■ *Personalitate:* Persoane foarte active, conştiincioase, nu lasă niciodată ceva nerezolvat, vă asumaţi uşor responsabilităţile. ■ *Sfat:* Familia este un real echilibru pentru dumneavoastră.

FLOAREA DE LOTUS *(7 iulie – 1 august).* Sensibili, visători, înţelegători, empatici. Vă place să vă bucuraţi de viaţă, de iubire şi de copii. Sunteţi firi pozitive şi puteţi trece cu fruntea sus de orice situaţie delicată. ■ *Personalitate:*

Simbolizaţi frumuseţea, sinceritatea şi regenerarea. ■ *Sfat:* Nu vă pierdeţi încrederea în propria persoană şi priviţi doar înainte.

PODUL JAPONEZ *(2 august – 27 august).* Reprezentaţi simbolul medierii şi al conexiunilor. Aplanaţi uşor orice conflict, aveţi darul exprimării facile. Indiferent de legătura emoţională, dacă nu simţiţi comunicarea, nu realizaţi nimic. ■ *Personalitate:* Sunteţi de încredere, curajoşi şi tenace. ■ *Sfat:* Nu lăsaţi pe mâine ce puteţi face azi!

PIATRA DE GRĂDINĂ *(28 august – 10 octombrie).* Simbolizaţi trăinicia, fidelitatea şi stabilitatea. Deşi păreţi duri, tranşanţi şi lipsiţi de afecţiune, în realitate, cei care vă cunosc cu adevărat vor observa că sunteţi iubitori şi oferiţi multă căldură sufletelor din jur. ■ *Personalitate:* Curioşi, extrovertiţi, aveţi scopuri bine definite. ■ *Sfat:* Nu renunţaţi niciodată la propriile realizări şi nu vă îngrijoraţi dacă nu atingeţi perfecţiunea.

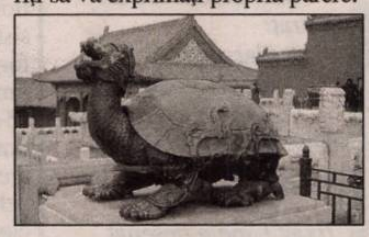
ÎMPĂRATUL *(11 octombrie – 18 noiembrie).* Întotdeauna realizaţi tot ce vă propuneţi. ■ *Personalitate:* Luaţi viaţa ca pe o aventură şi nu vă lăsaţi dezamăgiţi foarte uşor. Aveţi personali-

tate puternică şi ştiţi să vă impuneţi în faţa altora. Fiţi atenţi să nu-i răniţi pe ceilalţi cu prea multă autoritate. ■ *Sfat:* Niciodată să nu forţaţi lucrurile.

ÎMPĂRĂTEASA *(19 noiembrie – 26 decembrie).* Persoane bine temperate, echilibrate, răbdătoare, lucraţi bine în echipă. În relaţiile de dragoste puneţi mare preţ pe fidelitate şi respect. ■ *Personalitate:* Sunteţi nativii care ştiu ce vor şi nu vă abate nimeni de la propriile idealuri. ■ *Sfat:* Ca să aveţi parte de satisfacţii trebuie să împărţiţi bucuria cu cei din jur.

LUNA *(27 decembrie – 18 ianuarie).* La fel ca şi astrul care vă stăpâneşte, sunteţi învăluiţi în mister şi aveţi un anume aer de clarvăzător. Veţi impresiona mereu datorită ideilor strălucite. Defectele majore sunt nervozitatea şi schimbările bruşte de dispoziţie. ■ *Personalitate:* Misterioşi, nu vă destăinuiţi uşor, extrem de calmi. ■ *Sfat:* Nimic nu vă stă în cale, mai ales dacă este în discuţie persoana iubită.

ŢESTOASA SACRĂ *(19 ianuarie – 14 februarie).* Ţestoasa este simbolul înţelepciunii şi al perseverenţei. Sunteţi persoane calme, blânde, circumspecte, vă place să analizaţi bine orice acţiune. Luaţi decizii foarte greu, însă atunci când vă hotărâţi, o faceţi definitiv şi irevocabil. ■ *Personalitate:* Inteligenţi, precauţi, calmi, dispuşi să luptaţi pentru valorile adevărate. ■ *Sfat:* Nu vă feriţi să vă exprimaţi propria părere.



Pagină realizată de
CASANDRA

HOROSCOP
28 martie – 3 aprilie 2016

BERBEC 21.03-20.04

Beneficiaţi de multă energie în această săptămână şi va trebui să o canalizaţi pentru a vă revigora sănătatea. Poate adoptaţi o alimentaţie mai sănătoasă, poate începeţi o dietă sau doar vă stabiliţi un plan de lucru mai puţin stresant. În weekend faceţi o călătorie în interes de serviciu.

TAUR 21.04-21.05

Vă bucuraţi în aceste zile de multe clipe frumoase. Arta, spectacolele muzicale, filmele, teatrul sau evenimentele sportive, iată doar câteva dintre lucrurile care vă interesează cel mai mult. Primiţi o veste bună de la propriul copil sau de la o rudă îndepărtată. Aveţi motive de sărbătoare!

GEMENI 22.05-21.06

Familia şi viaţa personală vor suferi o transformare radicală în bine. Aceasta constă într-o îmbunătăţire certă a relaţiilor, o sporire a averii prin achiziţia unei noi case sau chiar prin naştere, căsătorie sau adopţie. Oricum, indiferent de ce se întâmplă, vă veţi simţi mult mai sigur pe viitorul dumneavoastră.

RAC 22.06-21.07

Doriţi să experimentaţi o schimbare printr-o revizuire completă sau chiar o reorganizare a ceea ce vă afectează în viaţa de zi cu zi. Acest lucru ar fi bine să îl aplicaţi şi în relaţiile cu rudele sau fraţii. Cu siguranţă planurile de viitor vor fi mai ambiţioase iar acest lucru vă face mai îndârjiţi.

LEU 22.07-22.08

Deşi în ultima vreme aţi câştigat destui bani, aţi cheltuit cu repeziciune absolut tot. Vine o vreme când chibzuinţa ar trebui să vă preocupe mai mult. Feriţi-vă de investiţii mari, al căror profit nu este pe măsură şi nu vă mai risipiţi absolut toţi banii. Zilele acestea sunt prielnice câştigurilor!

FECIOARĂ 23.08-22.09

Vă simţiţi puternici şi aveţi suficientă energie să demaraţi câteva dintre proiectele de viitor. Veţi aborda diferit anumite probleme şi situaţia va reveni la normal. Mare atenţie însă cum împărţiţi în jur criticile. Puteţi deranja foarte uşor pe cineva.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Evenimentele prin care sunteţi forţaţi să treceţi vă fac mult mai sensibili la schimbările care le aduc în propria viaţă. Prin urmare, sunteţi forţaţi să realizaţi că tot ce este de valoare vă face să deveniţi mult mai înţelegători cu ceilalţi şi să vă întăriţi relaţiile cu prietenii.

SCORPION 23.10-21.11

Zilele acestea vă veţi întâlni sau vă veţi da seama că lângă dumneavoastră stă unul dintre cei mai buni prieteni. Căpătaţi mai multă încredere şi poate acest lucru se observă şi prin faptul că începeţi să destăinuiţi câte ceva din viaţa personală. Se întâmplă rar!

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Stârniţi un pic de invidie în rândul colegilor de serviciu şi asta datorită realizărilor din ultima perioadă. Tot ce trebuie să faceţi este să nu vă gândiţi cât de bine v-ar sta cu o medalie în piept, ci cum să procedaţi ca să vă menţineţi acest nivel. E greu dar nu imposibil!

CAPRICORN 22.12-19.01

Aţi putea să daţi drumul vechilor idei pentru a le elibera pe cele noi. Un lucru este sigur: punctele de vedere asupra vieţii se schimbă! Vă gândiţi chiar la o călătorie cu scop educativ, unde să întâlniţi oameni noi de la care să mai învăţaţi ceva. Urmaţi-vă visul!

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Intraţi într-un nou parteneriat de pe urma căruia aveţi numai de câştigat. Negocierile durează de mult timp şi vă hotărâţi rapid în direcţia în care vreţi să porniţi. Nu este exclus nici să vă schimbaţi câteva idei despre ceea ce înseamnă partenerul de afaceri. Nu vă grăbiţi să judecaţi oamenii.

PEŞTI 19.02-20.03

Parcurgeţi o perioadă de mari transformări pentru dumneavoastră, mai ales în ceea ce priveşte partenerul de viaţă, dar şi colegii de la serviciu. Mult mai probabil, veţi da drumul ideilor care vă promovează în faţa celorlalţi prieteni.

Nativul săptămânii: **CELINE DION** (30.03.1968)

Este o cântăreaţă de muzică pop, textieră şi actriţă de origine canadiană, deţinătoare a Ordinului Canadei şi a Ordinului Naţional al Quebecului. În 1990 a lansat primul material discografic care i-a adus popularitatea în America de Nord. Această nativă a zodiei Berbec este cunoscută în special pentru abilităţile sale vocale şi a devenit cea mai bine vândută cântăreaţă a tuturor timpurilor (în aprilie 2007 vânzările au depăşit 200 de milioane de copii).

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Cum ar putea arăta computerele viitorului ■ Proiectul unui soare artificial ■ Madrid – oraşul lui Goya ■ Enigmatica civilizaţie sahariană ■ Grandioase bătălii navale ■ SETI şi muşuroiul de furnici ■ O capitală a artei ■ Christopher Walken: singurătatea actorului de cursă lungă

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon:
0 2 1 3 1 7 8 9 6 4

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	6,00 LEI
❑ 2 LUNI	12,00 LEI
❑ 3 LUNI	18,00 LEI
❑ 4 LUNI	24,00 LEI
❑ 5 LUNI	30,00 LEI
❑ 6 LUNI	36,00 LEI

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Abonaţi-vă la magazin

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal şpe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701t, contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat la care se adaugă taxa poştală de expediere) sau să achitaţi în conturile bancare indicate la pagina 2 şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni) în conturile societăţii.

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION - la
Prenume C.E. „MAGAZIN" S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....
Sigiliu control mandate
POŞTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0 7 2 2 6 2 5 6 2 2

Biblioteca Judeţeană
MUREŞ

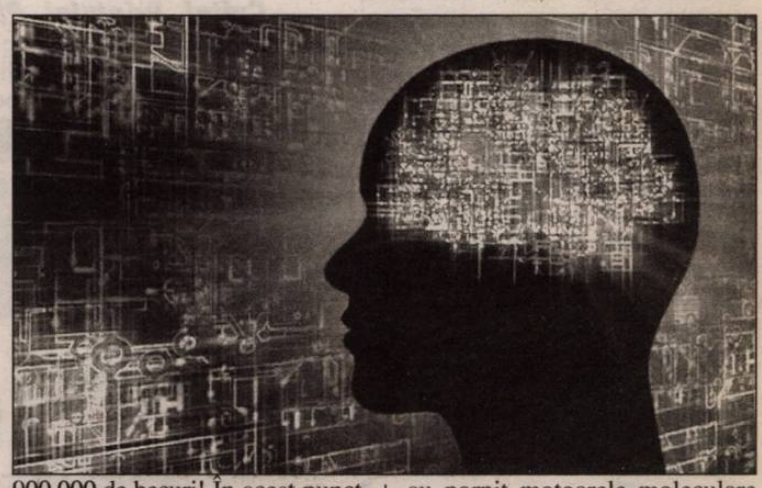
SERIE NOUĂ - 1291 ● ANUL LIX ● 31 MARTIE 2016 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 13 (3041)

magazin

Mail: redactia@revistamagazin.ro Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Cum ar putea arăta Computerele viitorului



Visul specialiştilor în IT din Silicon Valley (SUA) este supercomputerul biologic sau neuronal, cum se spunea în urmă cu patru decenii. Dar de la vis la realitate este un lung drum presărat cu eşecuri şi reuşite.

Ideea unor cercetători, cosmologi şi geneticieni ai deceniilor şapte-opt din secolul al XX-lea, mai degrabă interesantă pentru scriitori de anticipaţie precum Isaac Asimov, aceea a unui computer neuronal, a apărut tratată tot artistic în filmul din 1969, *Odiseea spaţială 2001,* al lui Stanley Kubrick. Scenariul a aparţinut cercetătorului, devenit ulterior futurolog ca şi Carl Sagan, Arthur C. Clarke.

Scenariul elaborat în anul 1968 previziona pentru începutul mileniului al III-lea, anul 2001, nu doar posibilitatea zborurilor intergalactice cu echipaj uman, ci şi existenţa unor computere neuronale, cum era cazul celebrului HAL (unii zic că era vorba despre iniţialele IBM, transpuse cu o literă mai jos), personajul-cheie din *Odiseea spaţială 2001.* Pare ridicol azi ca în anii 60, când computerele de-abia prindeau viaţă, ele fiind atunci nişte maşinării cât casa, care puteau efectua doar câteva mii de operaţii, unii să îşi imagineze că peste trei decenii urmau sa apară computerele neuronale, altfel spus computere umane, de fapt cu creier uman. Computere cu care să stai de vorbă, să dialoghezi liber, nu presetat, să ofere soluţii sau să refuze comenzi. Dacă în privinţa călătoriilor intergalactice prevăzute pentru 2001 ridicolul este azi evident, computerul neuronal a aprins imaginaţia. A trecut anul 2001, a venit anul 2016 şi nici urmă de computere de genul lui HAL, cel imaginat de Arthur C. Clarke. Nu s-a realizat nici măcar un computer care să înveţe să cânte, dar lăsând la o parte fanteziile, cercetătorii de azi ar fi mulţumiţi dacă ar reuşi sa construiască un computer biologic. Acesta nu ar fi neuronal, adică cu celule cerebrale, ci cu molecule care ar putea executa câteva operaţii, dar în timp record.

Supercalculatorul Tianhe-2

Conform unui studiu publicat în revista *Proceduri ale Academiei Naţionale de Ştiinţe* din SUA, aceste computere biologice ar putea să rezolve cele mai complexe probleme într-o fracţiune din timpul necesar celor mai performante supercomputere ale prezentului, după cum relatează Listverse, preluat de Agerpres.

O soluţie – biocomputerul

Dincolo de ce ştim noi despre computerele aflate la îndemână noastră, un fel de jucării pentru oameni mari, cel mai rapid supercomputer de azi este *Tianhe-2* din China, capabil să execute aproximativ 55 de cvadrilioane (55.000 de trilioane) de calcule pe secundă, adică de multe mii de ori mai puternic decât calculatoarele personale sau cele mai moderne console de jocuri. Chiar şi aşa, limitarea acestui supercomputer este că poate să rezolve operatiile *secvenţial,* adică una câte una. HAL imaginat de Clarke, computerul gândit ca un creier uman, putea executa multiple operaţiuni simultan!

Puterea de calcul a creierului uman este obţinută prin convertirea moleculelor de adenozintrifosfat (ATP) în alte forme moleculare – un proces extrem de eficient din punct de vedere energetic şi care generează incomparabil mai puţină căldură decât cipurile de silicon care echipează procesoarele calculatoarelor. Aceasta explică, chiar şi parţial, de ce creierul uman poate rezolva anumite probleme mult mai rapid decât supercomputerele, consumând în acelaşi timp incomparabil mai puţină energie.

Comparativ, creierul uman consumă aproximativ 20 de waţi de energie, suficient pentru a aprinde un bec nu foarte puternic, în timp ce supercalculatorul Tianhe-2 consumă aproximativ 17,8 megawaţi de energie, adică energia necesară pentru a aprinde 900.000 de becuri! În acest punct se concentrează noile cercetări: moleculele de ATP ar putea fi răspunsul pentru obţinerea unui nou calculator, denumit de data aceasta *biocomputer,* capabil să realizeze calcule simultan şi nu secvenţial, cum fac azi computerele, şi exact ca acum cinci decenii. Aflăm din sursa Agerpres, că unul dintre coautorii studiului amintit este Dan V. Nicolau Sr., un inginer chimist român, profesor la Universitatea McGill din Montreal. El a început să lucreze la ideea unui biocomputer în urmă cu zece ani, împreună cu fiul său, Dan Nicolau Jr. de la Universitatea California din Berkeley, care este şi coordonatorul acestui studiu.

„Agenţi" mai iuţi decât lumina

Primul pas a fost făcut prin realizarea unui cip pătrat din silicon, de 1,5 cm, încastrat în sticlă, în care au fost realizate nişte canale microscopice, fiecare cu un diametru mai mic de 250 de nanometri (mai subţiri decât lungimea de undă a luminii vizibile). Apoi, „cei doi oameni de ştiinţă au introdus fibre de proteine în aceste canale, fibre care se deplasau într-un mod similar maşinilor în traficul citadin. Aceşti „agenţi", cum au fost denumiţi de cercetători, constau în filamente de actină şi microtubuli, proteine care formează structura internă a celulelor vii. Ei sunt puşi în mişcare de biomotoare moleculare, aşa cum este miozina, care ajută musculatura să se contracte, şi respectiv kinezina, care contribuie la transportul intracelular al veziculelor şi particulelor. Cei doi oameni de ştiinţă au pornit motoarele moleculare şi au adăugat „etichete" fluorescente diferiţilor agenţi din sistem pentru a-i putea urmări în acţiune. Au fost realizate o seamă de teste, printre care şi „dilema comisului-voiajor". Numele problemei provine din analogia cu un vânzător ambulant care pleacă dintr-un oraş şi trebuie să viziteze un număr dat de oraşe şi care apoi trebuie să se întoarcă la punctul de plecare în cel mai scurt timp. „Deşi o rută care să treacă prin toate respectivele oraşe poate fi identificată relativ rapid, confirmarea faptului că respectiva rută necesită şi cel mai mic interval de timp pentru a fi parcursă presupune încercarea tuturor celorlalte rute posibile."

Problema a fost rezolvată prin trimiterea foarte multor molecule prin reţeaua de nanocanale din interiorul cipului, „la fel cum ai trimite milioane de vânzători ambulanţi pe rute diferite, de la un oraş la altul, pentru a vedea care rută este cea mai promiţătoare", după cum explica Dan V. Nicolau. Ideea revoluţionară a biocomputerului nu este atât cea a folosirii moleculelor, cât cea a vitezei şi a consumului de energie pentru rezolvarea unei probleme complexe.

Cei doi cercetători au arătat că dispozitivul lor ajungea aproape de fiecare dată la rezultatul corect, dar „cu un consum de energie de aproximativ 10.000 de ori mai mic pe fiecare calcul decât i-ar fi trebuit unui calculator electronic"! Este cert că prin dezvoltarea acestor cercetări, biocomputerele s-ar putea dovedi soluţia pentru viitor, pentru că sunt mult mai stabile decât calculatoarele cuantice, de pildă.

5 948427 000126 13

Biblioteca Judeţeană MUREŞ

Fotbalişti şi prinţi veneraţi ca sfinţi

Dacă în numărul precedent am conturat succint imaginea – reală, iar nu închipuită, dar sigur şocantă – a unor aşa-numite religii care au drept obiect de veneraţie şunca sau motocicleta ori un mod de existenţă semilarvar, astăzi trecem într-un registru oarecum mai uman, dar la fel de aberant. Şi nu ne referim la isteri-cale împinse către delirul mistic, de genul binecunoscut „Maaaicăăăăl!!" (pentru „cunoscători", reacţii ale unor fani ai răposatului M. Jackson), ci la iniţiative ce nu pot fi calificate decât tembele. De fapt, puteţi judeca singuri...

Maradonismul. Nu cred că e nevoie de explicaţii suplimentare: sigur că vorbim despre genialul fotbalist Diego Armando Maradona, dar pitic nu doar ca statură, ci mai ales la caracter (faţă de care talentatul şi... toxicomanul nostru Mutu nu poate decât să gâfâie din greu). Ei bine, o mână de argentinieni mult mai duşi cu pluta decât huliganii noştri au căzut în extaz în faţa idolului lor tocmai prin 1998, astfel încât au creat o biserică dedicată sus-numitului, pe lângă care au apărut şi câteva altare.

Acolo, se-nţelege că nu sunt chiar capabili să încropească vreo cărţulie de genul Bibliei, dar se mulţumesc să hăulească sloganurile mai mult ori mai puţin melodioase ale scandărilor din tribune şi pe care, din decenţă, nu le reproducem aici. Menţionăm, totuşi, că din când în când „sfântul însuşi" se spune că îşi vizitează insolitele reşedinţe – mă rog – „sacre"!

Cultul Prinţului Phillip. Dincolo de curiozităţile şi picanteriile referitoare la familia regală britanică, la care presa occidentală (şi nu numai!) salivează, în biografia mai puţin cunoscută a suveranilor multiseculari se păstrează şi episoade la care probabil nimeni nu s-ar aştepta.

Aflaţi, de pildă, că în Insula Tanna din Vanuatu există şi subzistă un cult cu totul insolit închinat „divinităţii" altfel numite – oficial şi diplomatic, conform cutumelor zilelor noastre – SAR prinţul Phillip, duce de Edimburg, soţul Reginei Elisabeta a II-a! Antropologii cred că, de fapt, e vorba despre un fel de derivat al altui cult din zonă, potrivit căruia prinţul Phillip ar fi, încarnarea fiului spiritului pământului. Nepătrunse sunt căile Domnului!...

Despre absolvire...

„Am asistat cu emoţie la ceremonia de *graduare* a fiului meu".

Este o exprimare pe care am auzit-o de la persoane cu vorbire îngrijită şi ne-am întrebat cum de au fost atinse de acest oribil curent anglosaxon. N-aş vrea să ni se reproşeze o anglofobie lingvistică, dar ne minunăm de faptul că a fost nevoie să înlocuim un cuvânt intrat de multă vreme în limbă cu un altul care înseamnă exact acelaşi lucru.

Să vorbim corect!

Nici măcar nu putem spune că funcţionează un fel de lege a minimului efort, substantivele „absolvire" şi „graduare" având acelaşi număr de silabe.

Singurul „merit" al substantivului „graduare" este că vine din englezul „graduation".

Presupunem că celor amintiţi limba pe care o vorbim şi o înţelegem cu toţii li se pare prea vulgară şi, folosind-o, nimeni nu le poate sesiza „superioritatea" intelectuală. E şi ăsta un punct de vedere... *(I.S.)*

Otravă împotriva gloanţelor

În pofida măsurilor tot mai ferme de luptă împotriva braconajului, şi ne referim în primul rând la uciderea rinocerilor şi a elefanţilor, aceste animale continuă să dispară într-un număr îngrijorător de mare. Preţiosul corn de rinocer, cu puternice efecte afrodisiace, utilizabil deopotrivă pentru prepararea unor leacuri tradiţionale, se vinde pe piaţa neagră cu aproximativ 40.000 de dolari kilogramul.

De la începutul anului au fost împuşcate doar într-o rezervaţie particulară din apropiere de Johannesburg peste 150 de exemplare. Conform sursei Sky News, proprietarul rezervaţiei intenţionează să descurajeze braconajul printr-o metodă pe care organizaţiile de protecţie a animalelor o privesc cu suspiciune: inocularea sub supraveghere veterinară a unei mici doze dintr-o substanţă toxică, inofensivă pentru rinoceri, dar care împiedică utilizarea cornului în prepararea leacurilor şi a pulberii cu efecte afrodisiace. Cât priveşte elefanţii, un comunicat recent se referă la confiscarea a 2,6 tone de fildeş provenind din Tanzania, care a fost ars în Malawi.

Lupta împotriva braconajului se soldează cu victorii. Eradicarea acestui flagel este deocamdată imposibilă, având în vedere, aşa cum am menţionat de atâtea ori, faptul că braconierii sunt din ce în ce mai bine organizaţi, dispun de armament, de elicoptere şi mulţi dintre ei sunt dispuşi să-şi rişte viaţa în confruntările cu forţele de pază.

DORIN MĂRAN

Starea de veghe

Tradiţii care mutilează pe viaţă

Mai mult sau mai puţin conştienţi (uneori chiar categoric ignoranţi), vieţuim cu toţii într-o lume plină de aberaţii, de violenţă, de cinism şi cruzimi inimaginabile.

În mod frecvent, toate acestea se înfăptuiesc sub protecţia unor aşa-zise legi, practici religioase ori tradiţii ce permit efectiv orice act împotriva semenilor noştri.

Aşa cum am mai scris aici recent, femeile reprezintă una dintre categoriile cele mai vulnerabile şi mai ameninţate de barbariile imaginate de minţi bolnave, iar în acest sens ne-am referit, de pildă, la permisiunea, în anumite ţări, ca femeile să fie ucise de către soţi, taţi şi fii, în numele unei „judecăţi de onoare" totalmente patologice. Aflaţi însă că, tot în ţări unde sărăcia şi lipsa de educaţie şi cultură sunt la ele acasă, se petrec şi alte aberaţii aşezate frumuşel sub umbrela unor închipuite tradiţii cu nuanţe deopotrivă sociale şi religioase: mutilarea genitală a femeilor (MGF).

Organizaţia internaţională Avaaz (www.secure.avaaz.org) a lansat recent o campanie de conştientizare şi de presiune asupra guvernelor ţărilor unde persistă acest obicei, relevând situaţii şi fapte halucinante. Astfel, 200 de milioane de femei şi fete din întreaga lume sunt supuse acestei mutilări (este vorba despre arderea sau tăierea cu lama a unei părţi a organului genital!), între aceste state Somalia ocupând prima poziţie cu 98% din totalul populaţiei feminine mutilate în acest fel.

MGF constituie o încălcare incontestabilă a drepturilor omului. Procedura nu aduce beneficii din punct de vedere medical, ci este chiar extrem de periculoasă: fetele pot muri în urma infecţiilor cauzate de condiţiile sanitare precare, iar cicatricile fac naşterile foarte dificile şi duc la complicaţii severe în timpul menstruaţiei.

Mulţi cred că MGF e o practică religioasă care creşte şansele de a găsi un soţ bun şi un ritual de tranziţie către maturitate pentru femei. Dar liderii islamici înşişi au subliniat deja că nu există nicio justificare religioasă pentru acest obicei. În acest moment, se pare că iniţiativa Avaaz se află pe un făgaş bun, mulţi politicieni promiţând susţinerea ei. Din practică se ştie însă că, până la aplicarea unei eventuale legi în acest sens, rezistenţa „tradiţionaliştilor" poate zădărnici multe dintre intenţiile pozitive, pe termen lung.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

ECHIPA DE SERVICIU:
Responsabil de număr: Adrian-Nicolae Popescu
Secretar de redacţie: Ionel Cojocaru

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66

GEORGE CUŞNARENCU
Redactor şef

ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:

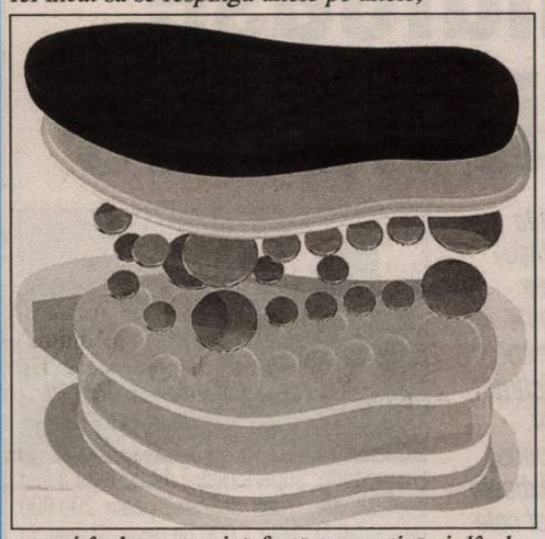
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: **TIPOMEDIA PROD S.R.L.**

„PANTOFII LUNARI”

te ajută să învingi gravitaţia

Până în prezent, doar câţiva fericiţi au avut prilejul să „ţopăie” pe Lună. De acum însă, graţie pantofilor inventaţi de firma americană Moonshine Crea, oricine va avea senzaţia că păşeşte mai uşor pe stradă, ca şi cum ar merge pe Lună. Deşi arată ca nişte pantofi de sport obişnuiţi, încălţările „lunare” au o talpă mult mai groasă, ce conţine discuri magnetice de diferite dimensiuni, plasate în aşa fel încât să se respingă unele pe altele,



exercitând o puternică forţă magnetică şi dând senzaţia purtătorului că greutatea lui este mult mai mică.

Talpa este fabricată din spumă cu memorie, deasupra căreia se află un material textil deosebit de rezistent. Interiorul pantofilor e căptuşit cu polietilenă sintetică, acelaşi material folosit şi la modulele de pe Staţia Spaţială Internaţională.

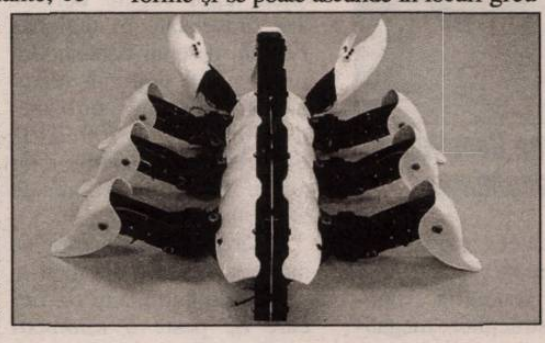
Producătorii au anunţat că pantofii vor fi lansaţi, la un preţ de 139 de dolari perechea, în luna august, fiind disponibili într-o varietate de culori, cu mărimi cuprinse între 36 şi 47, iar din 2017 vor putea fi comandaţi şi online. Singurul inconvenient e că purtătorii nu trebuie să aibă o greutate mai mare de 130 kg, pentru că în caz contrar anulează efectul de „plutire” dat de magneţi.

Robotul-scorpion al viitorului

Oamenii viitorului ar putea renunţa la câini de pază şi la sisteme sofisticate de alarmă, lăsându-şi casa în grija unui roboţel nu mai mare decât un pachet de ţigări, dar cu un potenţial letal.

Creată de studenţii Universităţii Gand din Belgia mai mult ca un amuzament, maşinăria are şase picioare cu ajutorul cărora se poate deplasa foarte rapid şi o „coadă” care poate fi dotată cu substanţe toxice, otrăvitoare sau paralizante, ce pot pune la respect orice intrus.

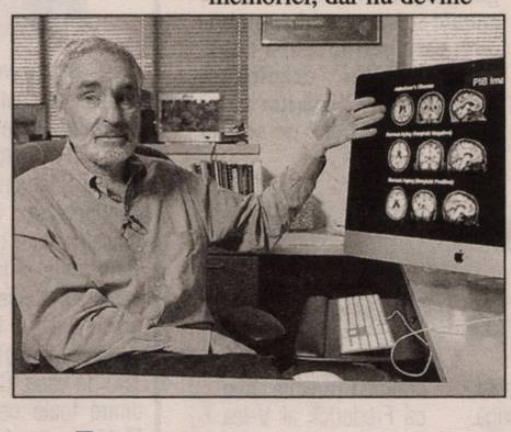
Denumit Scorpion Hexapod, dispozitivul este dotat cu senzori de mişcare şi poate percepe o prezenţă străină de la distanţe de câţiva metri. El poate acţiona singur sau controlat prin telecomandă. „L-am proiectat inspirându-ne dintr-un scorpion real, care se poate căţăra, urca pe suprafeţe neuniforme şi se poate ascunde în locuri greu accesibile. Aparatul poate fi conectat la o cameră video, care va transmite imagini în timp real ale interiorului locuinţei, atunci când proprietarii nu sunt acasă.



Dacă un intrus pătrunde în locuinţă, proprietarul îl va vedea, prin intermediul camerei montate pe scorpion, şi îi va ordona acestuia să atace, acţionându-l de la distanţă”, explică Robbe Terryn, unul dintre cei trei studenţi care au participat la crearea acestui ingenios prototip.

Un nou test anti-Alzheimer

Pentru prima oară în istorie, oamenii de ştiinţă au reuşit să identifice o legătură între anumite proteine existente în creier şi riscul de a dezvolta maladia Alzheimer. Folosind un tip avansat de scanner cerebral, cercetătorii de la Universitatea Berkeley, California, au ajuns la concluzia că prezenţa proteinelor numite Tau şi amiloide în creier constituie un indicator cert al declanşării bolii.



În sine, cele două proteine nu sunt periculoase, dar când vin în contact combinaţia poate duce la Alzheimer. „Proteina Tau este legată de o degradare treptată a memoriei, dar nu devine cu adevărat periculoasă decât în asociere cu proteinele amiloide”, a explicat dr. William Jagust, şeful echipei de cercetători care a făcut revoluţionara descoperire. Scanările cerebrale efectuate de-a lungul anilor au demonstrat că persoanele la care erau evidenţiate niveluri ridicate de proteine Tau şi amiloide în regiunea creierului numită lob medio-temporal s-au îmbolnăvit, mai devreme sau mai târziu, de Alzheimer, în vreme ce persoanele la care nivelurile erau şi au rămas scăzute nu au fost afectate de niciun fel de formă de demenţă senilă.

„Cunoscând nivelul de proteine Tau şi amiloide din creier, putem spune acum cu precizie care este stadiul bolii şi cum va progresa ea. Misiunea noastră este să găsim medicaţia necesară împiedicării formării acestor plăci de proteine, a acestor aglomerări care duc la pierderea conexiunilor dintre neuroni şi, în cele din urmă, la moartea neuronilor şi distrugerea ţesutului cerebral”, a precizat dr. Jagust.

A fost localizat mormântul reginei Nefertiti?

După luni de investigaţii, cercetătorii care studiază mormântul faraonului Tuthankhamon sunt de părere că există 90% şanse ca el să mai conţină cel puţin una, dacă nu chiar două încăperi secrete. Scanările radar ale mormântului din metropola antică Luxor au dezvăluit posibila existenţă a două camere necunoscute până acum şi este foarte posibil ca ele să conţină mormântul faimoasei regine Nefertiti, soţia tatălui lui Tuthankhamon, a cărui mumie n-a fost găsită niciodată.

„Dacă se confirmă, va fi descoperirea secolului, una extrem de importantă pentru istoria Egiptului şi a lumii”, a declarat ministrul egiptean al Antichităţilor, Mamdouh el-Damaty, care a prezentat jurnaliştilor date de ultimă oră privind analiza ştiinţifică a mormântului lui Tuthankhamon. Anunţul său vine după ce teste recente de termografie în infraroşu au relevat că o anumită zonă a peretului nordic al criptei regale avea o temperatură diferită de zonele din jurul ei.

Un alt element care îi determină pe egiptologi să fie optimişti în privinţa descoperirii mormântului lui Nefertiti este că, în zona vizată, unde ei cred că s-ar afla o uşă secretă mascată de tencuială, pe pereţi există acelaşi gen de picturi şi hieroglife precum cele găsite de arheologul Howard Carter la intrarea în mormântul faraonului Tuthankhamon, acum aproape un secol.

La ora actuală, egiptologii nu s-au pus încă de acord dacă Nefertiti, supranumită „Doamna celor Două Ţări”, era mama naturală sau doar cea vitregă a lui Tuthankhamon, mai ales că unele analize ADN par să sugereze că mama tânărului faraon ar fi fost o femeie numită de ei „Doamna tânără” şi despre care se crede că era... sora tatălui lui Tuthankhamon – la egipteni căsătoriile regale între fraţi nefiind un lucru neobişnuit.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

ENIGMATICA civilizaţie sahariană

Sahara a fost, cu 3-4 mii de ani înainte de Marile Piramide (ridicate în mileniul III î.Ch.), un ospitalier teritoriu pentru triburile nomade preegiptene. Cu ajutorul radarelor unor sateliţi artificiali specializaţi – procedeul numit „arheologie spaţială" – au fost făcute excepţionale descoperiri în zonele Bir-Safsaf (la 900 kilometri sud-vest de Cairo) şi Nabta (200 de mile de Bir-Safsaf).

Bazine cu apa ploilor

Nomazii saharieni se bucurau, acum 6-7 mii de ani, de o climă mai agreabilă. Abundenţa precipitaţiilor de atunci este confirmată de aducerea la lumină a unor autentice bazine de acumulat apa ploilor, având pereţi de pământ înalţi de 2 metri şi laturi de 100-500 de metri lungime. De-a lungul traselor nord-sud şi retur, străbătute o dată sau de două ori pe an, saharienii au lăsat gravate în piatră o bizară scriere pictografică (probabil precusoare a hieroglifelor) şi nenumărate blocuri stâncoase (de 70-100 kilograme) cu desene zoomorfe şi antropomorfe, plasate în puncte strategice pentru triburile de beduini.

Iniţial, arheologii doreau să găsească urmele unui vechi fluviu saharian, dispărut în urmă cu 7-8 milioane de ani. Civilizaţia sahariană, considerată a fi preegipteană, cunoştea probabil fosta albie a fluviului, rutele migrărilor ei fiind însemnate cu un fel de borne indicatoare de oaze, unde reuşeau să cultive pământul.

Detronarea Complexului Stonehenge

Poate că cea mai spectaculoasă descoperire este însă aceea care răstoarnă cronologia construcţiilor megalitice (pietre gigantice delimitând un spaţiu sacru). Însuşi Mircea Eliade aprecia că înaintea complexelor europene de la Stonehenge, Carnac sau Ashdown, datate mileniul IV-III î.Ch., nu există nimic asemănător în Egipt. Dar iată că megaliţii saharoegipteni de la Nabta – ansamblu astronomic şi de cult – au fost ridicaţi în mileniul V î.Ch.!

Această senzaţională informaţie pune în evidenţă două aspecte esenţiale: 1. înainte de Piramide, protoegiptenii ştiau să manevreze blocuri de piatră de peste 100 de tone; 2. este confirmat pe deplin sensul influenţelor cultului morţilor şi al observării astrelor, dinspre Mediterana orientală, Malta şi până-n Irlanda de astăzi. Pe de altă parte, „arheologia spaţială" s-a dovedit a fi mai eficientă decât cea clasică.

Cine au fost garamanţii

Una dintre etniile mai bine cunoscute din vechea Sahară a fost cea a garamanţilor, care şi-au dezvoltat propria civilizaţie în sud-vestul Libiei. S-au descoperit uluitoare sisteme de irigaţii subterane şi rămăşiţele unor regate berbere sau oraşe-state în regiunea Fezzan, deşertul Sahara. Garamanţii au dominat regiunea în intervalul aproximativ 500 î.Ch – 700 d.Ch. Scrierea indescifrabilă a lor aduce aminte de scrierea de azi a tuaregilor.

Cercetările arheologice au scos la iveală opt mari aşezări ale garamanţilor, fiecare de peste 5 kilometri lungime. Ei erau buni cultivatori (s-au găsit urme de struguri, smochine etc.), dovadă că zona sahariană se bucura de o climă favorabilă. Cunoşteau bine – aşa cum o vor face egiptenii antici – tehnica mumificării. Un important rol în dezvoltarea acestei civilizaţii enigmatice au avut-o construcţii subterane de rezervoare de apă.

La peste 1.000 de kilometri de Tripoli s-au descoperit autentice fortăreţe din nisip garamanteze. Toate aveau canale subterane bine elaborate, care permiteau şi cultivarea grâului, orzului şi bumbacului. Dispariţia garamanţilor este pusă pe seama climei.

Fotodocument

Câini pe câmpul de luptă

Instantaneul alăturat surprinde soldaţi ai unei divizii de infanterie britanice, aflată în tranşee, în timpul Primului Război Mondial. Câinele era al căpitanului Richardson, iar prezenţa lui pe front nu este întâmplătoare. În acel devastator război s-au folosit aproximativ 9 milioane de animale, printre care asini, măgari, cai, pisici şi chiar cămile. Un rol aparte l-au avut porumbeii voiajori. Între 1914 şi 1918, aproape 100.000 de porumbei au fost utilizaţi pentru a transmite mesaje între tranşee şi comandamente. Se estimează că 95 la sută din zboruri au fost fructuoase.

Grandioase bătălii navale

Până în epoca modernă, bătăliile navale reprezentau uriaşe desfăşurări de flote, inclusiv încleştarea directă a echipajelor din corăbiile combatante. Spectacolul era grandios şi mii şi zeci de mii de victime dispăreau în adâncurile mărilor. Profesorul american James Holmes este specialist în strategii şi războaie navale. El a estimat care au fost cele mai importante bătălii navale din toate timpurile.

De la Salamina, la Trafalgar

Cea mai veche bătălie navală luată în considerare este faimoasa confruntare de la Salamina, care s-a desfăşurat în anul 480 î.Ch., în strâmtoarea Salamina (în apropierea insulei Salamina, la 16 kilometri de Grecia continentală). Beligeranţii au fost alianţa oraşelor-state greceşti, sub conducerea lui Temistocle şi Imperiul Persan, sub conducerea lui Xerxes I. De la Herodot ştim că grecii aveau o flotă de 337 de trireme. Cele mai importante contribuţii le-au avut Atena – 180 de vase, Chalcis – 20 şi Sicyon – 15, dintre toate cele şapte aliate antipersane. Flota perşilor fusese iniţial sufocantă, peste 1200 de trireme, dar au avut mari pierderi din cauza furtunilor. Isocrate şi Ephorus estimează că s-au luptat aproape 1.000 de vase persane. Temistocle şi Eurybiades au învins perşii conduşi de Xerxes I, care fusese ajutat de Artemisia I din Caria (vestul Anatoliei).

Bătălia navală de la Yamen s-a desfăşurat în martie 1279 şi a fost ultima confruntare sângeroasă a dinastiei Song împotriva dinastiei Yuan (mongolă). În acel an fatidic, flota lui Zhang Hongfan (Yuan) a atacat decisiv navele Song, la Yamen, provincia Guangdong. Superioritatea mongolilor a fost copleşitoare. Yuan deţineau peste 200.000 de soldaţi şi peste 1.000 de nave. Şi asta, în timp de amiralul chinez Shang Shie avea la dispoziţie numai 50 de vase şi 20.000 de soldaţi. Împăratul chinez Huaizong a fost alungat şi tronul a fost ocupat de mongolul Kublai Khan. Mongolii dinastiei Yuan au dominat o parte din China 97 de ani, până la ridicarea dinastiei chineze Ming, prin împăratul Hongwu.

Bătălia de la Salamina

Bătălia de la Lepanto s-a desfăşurat în 1571, în golful Patras (largul Greciei, Marea Ionică). O aprigă coaliţie a statelor catolice a distrus flota de bază a Imperiului Otoman. În „Liga Sfântă" s-au reunit nave din Spania, Veneţia, Genova, Statele papale, Malta. Liderii au fost Johann de Austria, venetianul S. Venier, genovezul G. Doria etc. Turcii erau conduşi de Sufi Ali Paşa, Mahomet Sirocco şi Occhiali (corsar în slujba otomanilor). Creştinii au avut o victorie clară, distrugând şi capturând 187 de vase turceşti, din totalul de 251. Au murit atunci peste 28.000 de oameni.

Bătălia de la Trafalgar, unde Napoleon I Bonaparte a primit o grea lovitură, s-a purtat între flotele unite franco-spaniolă şi flota britanică. În dreptul Capului Trafalgar (Andaluzia, Spania) s-au ciocnit 32 de nave britanice şi 40 de nave franco-spaniole. În fruntea britanicilor era Horatio Nelson (ucis în luptă), iar comandantul francez a fost Pierre Charles Villeneuve (luat prizonier). Napoleon nu a apucat să invadeze Anglia.

Secolul XX

Una dintre primele mari bătălii navale ale secolului XX a fost cea din perioada Primului Război Mondial, Bătălia Iutlandei (peninsulă a Danemarcei, din Marea Nordului), la 31 mai-1 iunie 1916. Flota Imperiului German a învins strategic flota Imperiului Britanic, aliată cu nave din Canada şi Australia.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Astăzi în istorie

31 martie 1723

S-a născut Frederick al V-lea al Danemarcei

Aparţinând Casei dinastice Oldenburg, regele Frederick al V-lea al Danemarcei şi Norvegiei s-a născut în Copenhagen Castle, la 31 martie 1723. A fost fiul prinţului moştenitor Christian şi al Sophiei Margareta de Brandenburg-Kulmbach (Casa de Hohenzollern).

În 1730, regele Frederick al IV-lea moare şi tatăl lui Frederick accede la tron, cu titlul Christian al VI-lea al Danemarcei şi Norvegiei. Confesiunea acestuia a fost pietismul – mişcare în cadrul lutheranismului, care impunea o viaţă cât mai riguros creştină. Cu toate acestea, Frederick nu a prea avut sentimente religioase. El a fost adeptul hedonismului (cultul plăcerilor), dedicându-se vinului şi femeilor. Mai mult, limba frecvent folosită de el era germana, iar daneza o vorbea foarte rar.

La 20 de ani, Frederick s-a căsătorit cu prinţesa Louise a Marii Britanii (fiica regelui George al II-lea). Cei doi au avut şase copii, dar cronicile povestesc că Frederick nu ezita să aibă relaţii extraconjugale. Cea mai cunoscută amantă a fost Madam Hansen – înnobilată pentru că i-a născut cinci copii... Pe când era încă prinţ, Frederick a fost cooptat în masonerie, Loja Sf. Martin din Copenhaga.

În 1746, tatăl său moare (înaintea nunţii de argint) şi Frederick

a acces imediat la tron, încoronarea petrecându-se în anul următor. A domnit cu ideea consolidării statului şi s-a bazat pe sfătuitorul său pricipal, contele Moltke. Danemarca şi Norvegia au dus o politică de neutralitate, neimplicându-se nici în războaiele vecinilor. Cronicile spun că Frederick al V-lea era uneori sub influenţa alcoolului; în consecinţă Moltke a fost făcut Lord Chamberlain, funcţie care însemna al doilea om în stat. Când Louise a murit (1751), Moltke i-a aranjat regelui o nouă căsătorie, cu o rudă apropiată a lui Fredrick cel Mare al Prusiei, ducesa Juliana-Maria. Aceasta l-a născut pe Frederick, prinţul moştenitor al Danemarcei.

În 1760, din cauza unei beţii, regele Frederick al V-lea a căzut şi şi-a rupt un picior. Din ce în ce mai slăbit, probabil din cauza infecţiei, el a murit în 1766.

Fenomene aerospaţiale neidentificate

SETI şi mușuroiul de furnici

Edward Snowden, fostul salariat al National Security Agency (NSA), care a scandalizat în 2013, în urma publicării unui mare număr de documente oficiale, care ar fi trebuit să rămână secrete, a fost nu demult în atenţia publică pentru un alt subiect ciudat: comunicarea cu extratereştrii.

Într-un interviu podcast cu astrofizicianul Neil deGrasse Tyson, Snowden (foto) a sugerat că mesajele extraterestre ar putea fi criptate atât de bine, încât oamenii care ar încerca să tragă cu urechea la extratereştri ar avea impresia că nu aud nimic altceva decât zgomot. „Dacă o civilizaţie extraterestră încearcă să asculte alte civilizaţii sau dacă civilizaţia noastră încearcă să asculte nişte extratereştri, există doar o singură perioadă, foarte scurtă în dezvoltarea societăţii, în care toate comunicările lor sunt trimise prin mijloace primitive şi neprotejate", deci în care standardele nu prevăd criptarea mesajelor, spune Snowden.

De aceeaşi părere este şi Dr. Michio Kaku, profesor de fizică la City College din New York (CUNY), una dintre cele mai renumite figuri din domeniul ştiinţei de astăzi. Fiind întrebat dacă programele SETI, pentru căutarea inteligenţelor extraterestre cu radiotelescoape, au detectat vreodată, după peste 50 de ani de strădanii, vreun semnal, el a răspuns: „Probabil nu. Căutăm în locul greşit. Chiar şi e-mail-urile noastre, de exemplu, sunt comprimate şi rupte, iar apoi reasamblate la celălalt capăt. Dacă am intercepta un mesaj de e-mail, ni s-ar părea un gunoi. Prin urmare, extratereştri din spaţiu şi-ar putea comprima mesajele şi le-ar putea şi trimite pe frecvenţe diferite, reasamblându-le la celălalt capăt. În acest caz, noi am auzi doar un zgomot. Aşadar, universul ar putea fi ticsit cu semnale de la nepământeni, iar noi să fim prea primitivi pentru a le sesiza. De aceea, cred că angajaţii SETI sunt bine intenţionaţi, dar acţionează extrem de inadecvat. Problema-cheie este că oamenii de ştiinţă îşi asumă orbeşte ideea că extratereştrii sunt la fel ca noi, poate doar cu câteva decenii mai avansaţi. Trebuie să ne lărgim nitel mintile, să înţelegem posibilitatea ca acestea să fie cu milioane de ani înaintea noastră".

Cum comunicăm cu extratereştrii

Oamenii de ştiinţă de la Institutul SETI, au replicat imediat că o astfel de critică este inadecvată. „Noi nu căutăm un mesaj", a declarat Seth Shostak, director al Centrului de cercetare SETI al acestui institut, „ci doar un semnal care să ne dovedească faptul că acolo este un transmiţător". Până în prezent, cea mai mare parte a vânătorii pentru semnale extraterestre a folosit undele radio, bazându-se pe teoria că radioul este un mod relativ uşor şi ieftin de a trimite semnale pe distanţe mari prin spaţiu.

Institutul SETI foloseşte radiotelescoapele cele mai puternice de pe Pământ pentru a căuta semnale care se concentrează pe un singur punct pe cadranul de radio, a declarat Shostak. Există o mulţime de procese şi corpuri fizice care produc zgomot radio, dar numai un transmiţător artificial poate emite un semnal de bandă îngustă, pe cât se ştie la ora actuală. Deci o bandă de semnal bine focalizată ar fi ca un semnal: „Hei, e cineva acolo care poate construi un emiţător radio", a spus Shostak. Mesajul în sine ar putea fi de neînţeles, fiind criptat, dar am şti că este un mesaj trimis de o fiinţă inteligentă.

Doug Vakoch este cercetător la Institutul SETI, responsabil cu compunerea mesajelor interstelare (deci, iată, există şi persoane responsabile cu modalităţile prin care noi să vorbim cu extratereştrii). El a declarat publicaţiei on-line *Live Science* că „folosind tehnologiile noastre actuale, semnalele noastre de radio şi televiziune, răspândite în spaţiu, nu leam putea detecta de pe cel mai apropiat sistem stelar de Pământ". Dar peste câteva sute de ani, tehnologia s-ar putea dezvolta suficient de mult, astfel încât să putem trage cu urechea pe distanţe extrem de mari. Atunci, într-adevăr, pre-

supuneri precum cele ale lui Snowden despre criptare ar putea pune probleme pentru oamenii care caută inteligenţe extraterestre.

Dar criptarea nu este cea mai mare provocare pentru pământenii care ar dori să tragă cu urechea – a spus Vakoch – şi este suficient să ne uităm la dezvoltarea telecomunicaţiilor pe Pământ. „Nu demult, eram extrem de zgomotoşi. Am avut o mulţime de emiţătoare TV şi radio care îşi difuzau energia în toate direcţiile. Mai recent, folosind comunicarea prin fibre optice sau prin sateliţi, se scurge mult mai puţin către spaţiul cosmic."

Astfel, dacă o civilizatie avansată ar fi interesată să ne caute, ea ar avea doar o fereastră scurtă de timp pentru a face acest lucru – independent de problema criptării. Asta înseamnă că o civilizaţie extraterestră care ar vrea să asculte pământenii ar trebui să facă asta timp de mii, sau chiar milioane de ani, a spus Vakoch. În caz contrar, este extrem de probabil ca pământenii şi extratereştrii „să se rateze reciproc în imensitatea spaţiului şi timpului". Pentru moment, cea mai bună cale rămâne căutarea unor mesaje directe, trimise în mod deliberat de nişte extratereştri inteligenţi. Desigur, dacă ei ar trimite un astfel de mesaj, ar avea grijă ca el să poată fi şi descifrat...

O altă posibilitate, deşi încă inaccesibilă tehnologiilor de care dispunem, ar fi scanarea atmosferei unor exoplanete căutând în ea urme de viaţă şi de inteligenţă. Shostak a spus că e complicat, existând multe emisii nenaturale de examinat. Oamenii, de exemplu, au emis intens clorofluorocarburi (CFC) în atmosferă, timp de câteva decenii, înainte să înţeleagă că distrug astfel stratul de ozon şi să reducă emisiile de CFC.

Un alt indicator – spunea Shostak – ar putea fi căldura degajată în exces, de pildă de un număr mare de maşinării. Din păcate, la ora actuală, omenirea poate detecta emisiile infraroşii anormale doar în cantităţi uriaşe, cum ar fi o stea strălucitoare dintr-o galaxie.

Descoperirile recente au sporit totuşi speranţele să existe viaţă inteligentă pe exoplanete. O cercetare publicată în 2013 estima că 22 la sută din stele au planete de dimensiunile Pământului în zonele locuibile şi nu una la un milion, cum se credea pe vremuri.

În ciuda acestor afirmaţii optimiste, până una-alta, proiectele SETI nu au găsit, din 1960 încoace, niciun semnal care să se repete sau care să fie emis, în mod cert, de un transmiţător artificial. De ce? Răspunsul nu este acela că am fi singuri în Univers (variantă pe care nici cei mai sceptici astronomi nu o susţin), ci stă mai degrabă în observaţia profesorului Kaku, aceea că inteligenţele din Univers nu sunt la acelaşi nivel cu noi, ci „cu milioane de ani înaintea noastră".

Oamenii, furnici harnice

Într-o intervenţie de la sfârşitul anului 2015, profesorul Michio Kaku a revenit asupra acestei idei, spunând: „Unii oameni spun că dacă există forme de viaţă inteligente acolo – şi eu cred că există – cum se face că nu ne vizitează? De ce nu aterizează pe peluza Casei Albe, anunţându-ne astfel prezenţa lor şi oferindu-ne tehnologiile lor? Ei bine, dacă te plimbi pe un drum de ţară şi vei vedea un mușuroi de furnici, te duci în jos la furnici şi spui că le aduci daruri, că le aduci brelocuri, şiraguri de mărgele, sau că le oferi cheia energiei nucleare, şi le rogi să te conducă pentru asta la regina lor furnică? Sau ne vine mai degrabă un impuls de a călca pe câteva dintre ele? Dacă extratereştrii sunt atât de avansaţi încât ar putea ateriza pe peluza Casei Albe, atunci suntem ca furnicile, în comparaţie cu ei. Nu avem nimic să le oferim, deci motivul pentru care ei nu ne anunţă existenţa lor ar putea fi că suntem neinteresanţi, în condiţiile în care ei le-au văzut pe toate. Nu avem nimic de oferit unei civilizaţii atât de avansate şi de aceea cred că nu ne vizitează. Suntem aroganţi să credem că suntem fiinţe atât de interesante, încât extratereştrii să călătorească mii de ani-lumină ca să ne viziteze".

Ceea ce uneşte acest ultim punct de vedere – altminteri interesant şi ilustrativ – cu viziunea SETI este că nici unii, nici alţii nu iau în calcul o a treia posibilitate: poate totuşi suntem interesanţi, într-un fel oarecare, şi poate „cineva de departe" vine totuşi să viziteze „mușuroaiele de furnici", fără a intra în contact, desigur, cu una sau o alta dintre reginele lor. Nu cumva fenomenul OZN ar putea fi explicat astfel?

Dar se pare că până şi Shostak avea nişte îndoieli, întrucât a adăugat, în încheiere: „Nu este imposibil ca prima inteligenţă descoperită să fie cu totul altceva decât ceea ce ne aşteptăm să găsim."

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Spectrele din taxiurile de la Fukushima

Apocalipsa produsă în 11 martie 2011 (dintr-o eroare pentru care ne cerem scuze, în numărul precedent a apărut anul 2015) în urma accidentului nuclear de la Fukushima-Daiichi, Japonia, nu a însemnat doar un număr imens de morţi şi sinistraţi, ci a generat şi fenomene mai mult decât bizare, pe care nimeni până acum nu le-a putut explica logic, raţional.

Au încercat totuşi – dar lăsând mari „spaţii" neclare în tot eşafodajul – mai mulţi psihiatri şi psihologi, potrivit cărora catastrofa a dat naştere (încă) unui sindrom, pe care l-au numit, desigur, Sindromul Fukushima; concret, mărturii ale unor supravieţuitori ai tragediei, potrivit cărora întâlnesc uneori persoane care au pierit atunci. Iar unul dintre cele mai tulburătoare asemenea episoade se referă la pasagerii unor taxiuri, care se dovedesc, de fapt, a fi... fantome!

Sindromul stresului post-traumatic?

Portul Ishinomaki a fost aproape nimicit de valul seismic care a urmat accidentului nuclear. Fără a se putea explica de ce, a urmat însă şi un „val" de presupuse întâlniri ale unor localnici vii cu victime certe ori cu dispăruţi. La 5 ani după catastrofă, fenomenul nu a încetat să se manifeste. Este expresia unor suferinţe din trecut sau de-a dreptul o serie de manifestări paranormale colective? Yuka Kudo e studentă la sociologie, în cadrul Universităţii Tohoku Gakuin din Sendai, şi a luat contact cu un număr considerabil dintre victimele acestui sindrom, concentrându-se pe taximetrişti. Dintre aceştia, 7% – o proporţie incredibil de ridicată – au declarat că au avut între clienţi, un pasager-fantomă.

Realitatea este că poate nu atât numărul conducătorilor auto incluşi în respectiva categorie e de natură să şocheze, cât mărturiile lor. Unul dintre taximetrişti spune că a transportat cu maşina o femeie, în apropierea gării din Ishinomaki, după câteva luni de la tragedie, aceasta cerând să fie dusă în districtul Minamisoma, cu totul distrus în urma catastrofei. „Dar nu mai e nimic în picioare acolo!" – a spus şoferul, uluit. Totuşi, răspunsul femeii a fost cel ce l-a îngrozit: „Spune-mi: sunt moartă?" Şocat, bărbatul s-a întors către locul din dreapta sa, însă era singur în maşină...

De la „doamna albă" la şintoism

Un alt taximetrist a declarat că a luat în maşină un bărbat de circa 50 de ani, pe bancheta din spate, însă când a ajuns la adresa indicată era singur. Totuşi, în mod surprinzător, niciun astfel de martor nu consideră asemenea „întâlniri" ca fiind traumatizante. Dimpotrivă, le simt chiar mângâietoare, se simt privilegiaţi că au avut o întâlnire de acest gen. Totodată, aceşti pasageri spectrali sunt – cel puţin în aparenţă – tineri, ceea ce trimite la ideea că vor să transmită, indirect, regretul că au părăsit această lume prea devreme. Iar scenariul respectiv, poate specific unei modalităţi de contact între lumea noastră şi cea de dincolo, seamănă până la identitate cu faimoasele întâlniri cu „doamnele albe" de pe şosele.

O problemă la care puţini se gândesc, din păcate, se referă la felul în care protagoniştii întâlnirilor de acest gen reacţionează după ce depăşesc momentul şocant. Ei bine, majoritatea nu apelează la psihologi, cum ar fi logic, ci preferă să meargă la exorciști. Kansho Aizawa e o femeie de 56 de ani care practică asemenea „purificări spirituale" în tradiţie şintoistă. Iar ea declara că, în timpul respectivelor şedinţe cu taximetrişti, a vizualizat „spectre lipsite de braţe ori de picioare, altele fără cap sau chiar retezate în două"! Ba, chiar, unii dintre dispăruţi ar fi fost văzuţi în diverse supermarketuri, stând la cozi. Sau, poate, nu era decât o manifestare a Sindromului Fukushima, cine ştie?

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de știut

Propolisul, remediu miraculos

Creație a albinelor, propolisul, amestec miraculos de substanțe binefăcătoare, este un remediu excelent în prevenirea infecțiilor sau întărirea sistemului imunitar. De asemenea, este eficient în afecțiuni hepatice, digestive sau cardiace.

Propolisul previne afecțiunile bacteriene, virale și inflamatoare, dar, în egală măsură, scurtează perioada de îmbolnăvire în cazul răcelilor.

Datorită cantității mari de vitamine și minerale conținute, propolisul întărește sistemul imunitar. Mai ales acum, primăvara, crește capacitatea organismului de a lupta cu virușii și bacteriile.

Tulburările de ritm cardiac sau puseele de hipertensiune se pot ameliora cu leacuri pe bază de propolis. Potrivit apiterapeuților, administrarea zilnică de tinctură de propolis favorizează scăderea hipertensiunii arteriale, combate dereglările de ritm cardiac sau reduce colesterolul „rău".

Prin administrarea propolisului se pot ameliora afecțiunile hepatice sau cele digestive, gastrita sau ulcerul duodenal.

Și în cazul aftelor bucale, propolisul este benefic.

Atenție, însă: de efectele benefice ale propolisului nu pot beneficia, ba chiar trebuie să se ferească, persoanele care sunt alergice la produsele apicole!

Dr. VALERIU MANTA

Ținute strălucitoare

Chiar dacă peste ceremonia Oscarurilor a căzut cortina, comentariile despre ținutele purtate de unele actrițe continuă. Astfel, Charlize Theron a fost foarte admirată într-o rochie Christian Dior și cu cercei și un colier lung, din diamante.

Actrița Saoirse Ronan, o frumoasă sirenă, a purtat o rochie verde smarald semnată Calvin Klein, iar Rachel McAdams a făcut senzație într-o creație August Getty Atelier. La fel, Olivia Wilde în Valentino, sau Naomi Watts în Armani.

Însărcinată în opt luni, actrița Anne Hathaway a purtat o creație a lui Naeem Khan. Cate Blanchette a strălucit într-o rochie Armani, iar Kerry Washington a jucat cartea sobrietății cu un ansamblu negru și alb Versace.

Frumoasa Taylor Swift era splendidă într-o rochie-furou semnată Alexandre Vauthier.

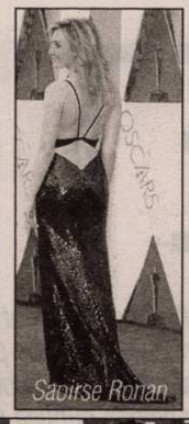
Cate Blanchette

Naomi Watts

Charlize Theron

Kerry Washington

Rachel McAdams


Saoirse Ronan

Taylor Swift

Anne Hathaway

Olivia Wilde

Gastronomice

Praz gratinat

800 g praz, 2 căței usturoi, 3 linguri ulei de măsline, 100 g caşcaval, 200 g smântâna grasă, 50 g mix semințe, cimbru, sare, piper.

Prazul se curăță, se spală și se taie oblic, în bucăți de circa 2-3 cm. Se călește în ulei bine încins împreună cu usturoiul tăiat felii subțiri, până se înmoaie. Se ia vasul de pe foc, se adaugă cimbru, sare și piper după gust și se pun jumătate din caşcavalul ras și smântâna. Se unge o formă termorezistentă cu unt, se pune prazul, se presară deasupra restul de caşcaval ras și semințele, apoi se introduce forma în cuptorul încins circa 20 minute.

Macrou cu varză

1 macrou, condimente pentru pește, 4-5 frunze de varză verde, 100 g caşcaval, 2 ouă, 100 ml smântână, o ceapă, 1 căței usturoi, sare, 130 ml ulei, 30 g unt.

Se spală peștele, se condimentează și se prăjește în puțin ulei. Frunzele de varză se opăresc și se scurg, se toacă și se călește în puțin ulei. Se adăugă sare și piper după gust, iar la final, usturoiul tocat fin. Ceapa tocată mărunt se călește în puțin unt amestecat cu o lingură de ulei. Se pune un pahar cu apă peste ceapă și se lăsă să fiarbă până scade și ceapa este foarte moale. Se pun smântâna și ouăle, se omogenizează sosul, se potrivește de sare și piper. Într-un vas se așază peștele, se toarnă sosul deasupra, se presără caşcavalul ras și se dă la cuptor 20 minute. Se servește alături de varza calită.

Tartă cu lămâie

Pentru aluat: ***250 g făină, 1 gălbenuș, 125 g unt rece, sare.***

Pentru cremă: ***2 plicuri cremă tartă, 2 linguri zahăr, 600 ml lapte, zeamă de la o lămâie.***

Pentru bezea: ***4 albușuri, 100 g zahăr pudră, sare.***

Se amestecă făina cu untul rece, gălbenușul de ou și un praf de sare, până se obține un aluat omogen. Se acoperă cu folie de plastic și se dă la frigider pentru o oră. Aluatul scos de la rece se întinde și se pune într-o tavă de tartă tapetată cu puțin unt și făină, înțepând aluatul din loc în loc cu o furculiță. Peste aluat se pune o hârtie de copt, iar peste ea se așază un strat uniform de fasole uscată. În acest fel greutatea respectivă ne ajută să nu se umfle aluatul. Se dă blatul la copt, la foc mediu, până devine ușor arămiu. Se scoate apoi tava cu aluat și se lăsă la răcit. Crema se prepară potrivit instrucțiunilor de pe plic, având grijă să înlocuim 100 ml lapte cu 100 ml zeamă de lămâie și se adaugă zahăr, pentru ca această cremă să nu fie acră.

Bezeaua se pregătește astfel: se bat albușurile cu sarea, apoi se adăugă treptat zahărul. Se îndepărtează hârtia cu boabele de fasole de pe aluat și se pune crema de lămâie, se nivelează, apoi se toarnă bezeaua, care se așază uniform, apoi se fac niște țepi, cu ajutorul unei furculițe. Se mai dă tava la cuptor încă 5-7 minute, până când bezeaua începe să se rumenească.

Pagină realizată de **ECATERINA BĂTRÂNEANU**

Lecții de nutriție

Un mod delicios de administrare de VITAMINE ȘI MINERALE

De ce am mărunți hrana în afara sistemului digestiv? De ce mai mixăm superalimente în blender ca să le bem? Dintr-un motiv foarte bun, numit disponibilitatea și absorbția nutrienților.

Smoothie-urile (și supele-cremă sau piureurile) sunt o metodă rapidă de a mări aportul de fibre, vitamine și minerale, atât la nivel cantitativ, cât și calitativ, iar calitatea se mărește deoarece absorbția nutrienților este mai mare cu cât bucățile de hrană sunt mai mici. Și cu cât sunt mai verzi, cu atât sunt mai benefice, ne atenționează dr. nutriționist Cristian Panaite.

Pentru o viață mai lungă și mai bună se recomandă cât mai multe legume verzi. Alături de fumat, consum excesiv de alcool și obezitate, un consum prea mic de legume verzi a fost asociat de cercetători cu risc crescut de moarte prematură.

Care este cea mai bună cale pentru a beneficia de toți nutrienții din legumele verzi și ușor amărui? Smoothie-urile, spun specialiștii, sunt un amestec puternic de hrană extrem de nutritivă, într-o formă ușor de preparat.

Pentru un gust delicios se pot adăuga fructe, mai ales pentru copiii și adolescenții care nu au răbdare sau timp (!) să mestece bine fructele. Textura similară cu milkshake-urile crește cantitatea de fructe și legume consumate, dar și calitatea *(D. Bates, J. Price)*.

Carotenoidele – mari luptătoare anticancer, precum betacarotenul și licopenul – există sub formă de cristale microscopice prinse în pereții celulelor de fructe și legume. Acestea sunt eliberate numai atunci când celulele sunt distruse, de aceea trebuie să le mestecăm foarte bine sau, mai simplu, să mărunțim legumele și fructele ce le conțin *(J.L. Jeffery et al)*. Spre exemplu, roșiile au mai mult betacaroten decât pepenele verde, însă betacarotenul din pepenele verde este mai bioaccesibil, deoarece are pereții celulelor mai fragili. Celulele altor fructe și legume sunt mai mici și mai tari *(H. Palafox-Carlos et al)*. Pentru a maximiza eliberarea nutrienților ar fi ideal să „spargem" celulele vegetale, dar nu putem face aceasta prin mestecat. Când mestecăm bine, cele mai multe particule din legume sau fructe sunt de circa 2 mm, dar am putea beneficia de 10 ori de mai mulți nutrienți dacă le băgăm într-un blender.

40 de secunde într-un blender, spanacul sau morcovii fierți sunt mărunțiți până la nivel subcelular, adică nutrienții lor prețioși sunt de 10 ori mai disponibili *(L. Lemmens et al)*.

Așadar, smoothie-urile, cremele și piureurile din vegetale crude sau fierte pot maximiza disponibilitatea și absorbția nutrienților. Consumați zilnic cel puțin unul, combinând legumele cu frunze verzi (spanac, salate, kale, urzici etc.) cu verdețuri, iar pentru a le masca ușorul gust amar, adăugați fructe de pădure!

Dosarele frumuseții

Ten perfect

Un ten perfect, o piele catifelată și netedă, ca semn de tinerețe presupune un program riguros de îngrijire. Dacă îl respectați veți observa textura, culoarea și tonusul tenului mult îmbunătățite.

◆ Pentru demachiere, pe care o veți face atât seara, cât și dimineața, veți alege demachiantul cu formula cea mai potrivită pentru tipul dumneavoastră de ten. Cu demachiantul se masează pielea câteva minute, apoi se îndepărtează cu dischete cosmetice.

◆ Pentru a îndepărta orice urmă de grăsime sau de impurități, se apelează la apă tonică, apă sau infuzii de plantă. Aceasta hidratează, ajută la închiderea porilor și la echilibrarea pH-ului. Compușii activi din plante tonifică epiderma, o împrospătează și o calmează.

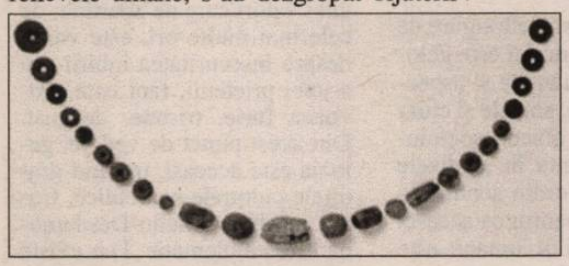
◆ Pentru hrănirea și păstrarea fermității tenului, importante sunt și cremele. Pentru zi se recomandă o cremă cu acid hialuronic, iar pentru seară, o cremă cu vitamina C, pentru a stimula producția de colagen și elastină. Când aplicați crema, masați tenul timp de 1-2 minute. Crema va fi bine absorbită, circulația îmbunătățită, ca și procesele de hrănire celulară. Respectând acest program de îngrijire, tenul va fi catifelat și neted, iar apariția ridurilor va fi întârziată.

Prinţesa de 4000 de ani

În anul 2011, la Dartmoor (sudul Angliei), s-a făcut o descoperire senzaţională: mormântul unei femei – foarte posibil, având rang de prinţesă (sau, cel puţin, o persoană de rang înalt), după criteriile noastre de astăzi – cu o „vârstă" uluitoare: peste 4000 de ani; din punctul de vedere al antropologilor, urcând până în epoca bronzului! Mai mult decât atât, această descoperire a adus în prim-plan elemente extrem de importante referitoare la deprinderile şi tradiţiile de acum patru milenii.

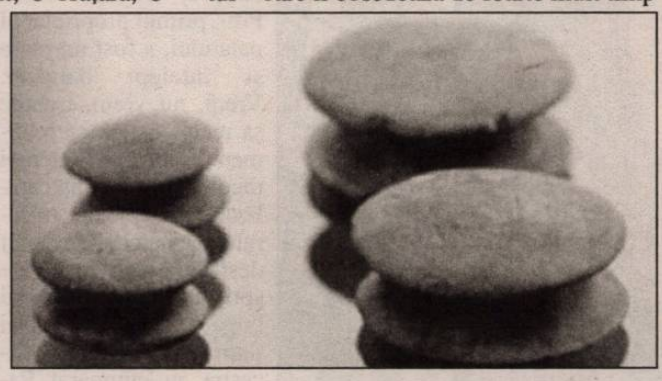
O „divă" din epoca bronzului

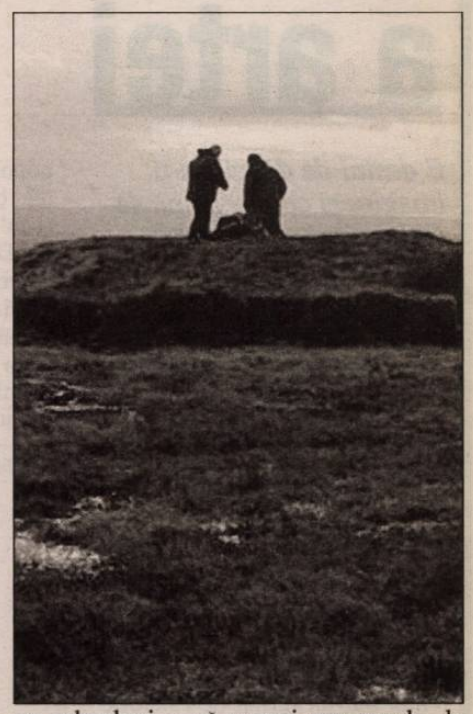
Osemintele găsite indică o vârstă neobişnuit de tânără a răposatei – doar între 14 şi maximum 25 de ani. Alături de relicvele umane, s-au dezgropat bijuterii de chihlimbar şi cositor, dar şi resturi de blană din veşmântul cu care a fost înhumată defuncta, în mod destul de surprinzător, foarte bine conservate. Arheologii spun că este vorba despre una dintre cele mai importante descoperiri de acest gen din ultimul secol, de pe teritoriul Angliei.



Potrivit acestora, inventarul obiectelor din încăperea funerară – cercei confecţionaţi din lut, o brăţară, o oglindă de silex, perle, dar şi un coş şi piei de animale – s-au conservat atât de bine de-a lungul mileniilor datorită stratului de turbă care le-a „înveşmântat". Specialiştii se referă la o societate evoluată, înzestrată cu calităţi uimitoare în domeniul artizanatului şi chiar al comerţului cu comunităţi îndepărtate.

Ca un plus de senzaţional asupra cazului, dar la fel de important din perspectivă ştiinţifică, cercetătorii au reconstruit o imagine posibilă a prinţesei de acum 4000 de ani *(vezi foto sus).* Ea ar confirma faptul – care îi obsedează de foarte mult timp pe arheologi – că numai persoanele de rang înalt erau îngropate în camere mortuare speciale, alături de ele fiind puse obiecte preţioase ce le aparţinuseră în timpul vieţii. Menţionăm că, în legătură cu senzaţionala descoperire de la Dartmoor, în cursul acestui an se va realiza o expoziţie specială.





ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 *de locuri de văzut în România*

Peştera Albastră

Situată pe laterala drumului E673 Deva-Timişoara, comuna timişană Pietroasa este un vechi izvor de tradiţii româneşti, renumit pentru costumele populare bănăţene. Pe lângă aceasta, localitatea mai este cunoscută şi pentru una dintre cele mai frumoase monumente naturale din Banat, Peştera Pietroasa sau, cum i se mai spune, datorită culorii dominante a rocilor din interiorul ei, Peştera Albastră. O plimbare aici va fi un binevenit prilej de deconectare şi veţi avea impresia, datorită cromaticii deosebite, că aţi pătruns, printr-o magie, nici mai mult, nici mai puţin, decât în peştera lui Ali Baba! Drumul, proaspăt astfaltat, este de o calitate superioară, cum nu prea vezi pe la noi, mai ales în zonele rurale. Din localitate se poate ajunge lejer pe jos la peşteră, urmând firul văii.

Traseul durează cam o oră, dar terenul e domol şi nu va crea probleme deosebite nici măcar celor mai puţin obişnuiţi cu drumeţiile montane. Ca să vizitaţi peştera aveţi totuşi neapărat nevoie de cizme de cauciuc şi de lanterne. Intrarea este destul de strâmtă – de aici, asemănarea cu peştera din poveştile orientale! – dar, pe măsură ce înaintaţi, se va lărgi, lăsându-vă să admiraţi săli vaste, străjuite de stalagmite şi stalactite. Din păcate, în ciuda frumuseţii deosebite a acestui obiectiv turistic, mulţi aşa-zişi „turişti", în fapt nişte vandali ai zilelor noastre, au simţit nevoia să ia bucăţi de stalagmite şi stalactite drept „suveniruri" ori să-şi lase autografele pe pereţii peşterii, care s-a transformat într-un fel de spaţiu pentru grafitti, semn, pentru vitorime al trecerii troglodiţilor moderni pe aici.

Autorităţile locale ar trebui să se implice mai pregnant în exploatarea şi conservarea acestui minunat loc. S-ar impune realizarea unui traseu marcat până la peşteră, eventual închiderea ei şi vizitarea doar cu un ghid, aşa cum se întâmplă la alte peşteri, pentru ca frumoasa Peşteră Albastră să rămână la fel de frumoasă şi de neatinsă de mâna omului cum a fost milioane de ani, până la noi.

GABRIEL TUDOR

Sărbători creştine

Biserica din Căciuleşti

Satul Căciuleşti se întinde în comuna Moara Vlăsiei, aflat la circa 29 kilometri distanţă de Capitală.

Istoria bisericii cu hramul „Adormirea Maicii Domnului" este legată de numele primului domn „regulamentar", respectiv din vremea Regulamentelor Organice.

Este vorba despre Alexandru Dimitrie Ghica (1834-1842), ajuns apoi locţiitor de domn între 1856-1858. Construcţia edificiului a început în 1932, odată cu cea a palatului domnesc, iar în 1934 clopotul bisericii a vestit deschiderea locaşului. Noul domnitor a adunat în jurul acestuia credincioşii din cătunele Fienari şi Mavrodin, dăruindu-le şi terenul pentru cimitir, unde, în 1866, credincioşii au ridicat o capelă frumoasă păstrată până în zilele noastre. Noul sat de pe malul râului Cociovaliştea, format astfel, a primit numele „Căciulaţi" de la cuşmele purtate de oştenii din oastea personală a domnitorului.

Nu este cunoscut numele celor care au lucrat la înălţarea aşezământului, dar se ştie că erau meşteri italieni. Ei au înălţat locaşul din cărămidă, sub formă de navă, având în vest o turlă în care era montat un ceas. Era pardosită cu piatră şi împodobită cu picturi minunate, icoane şi ornamente de lemn.

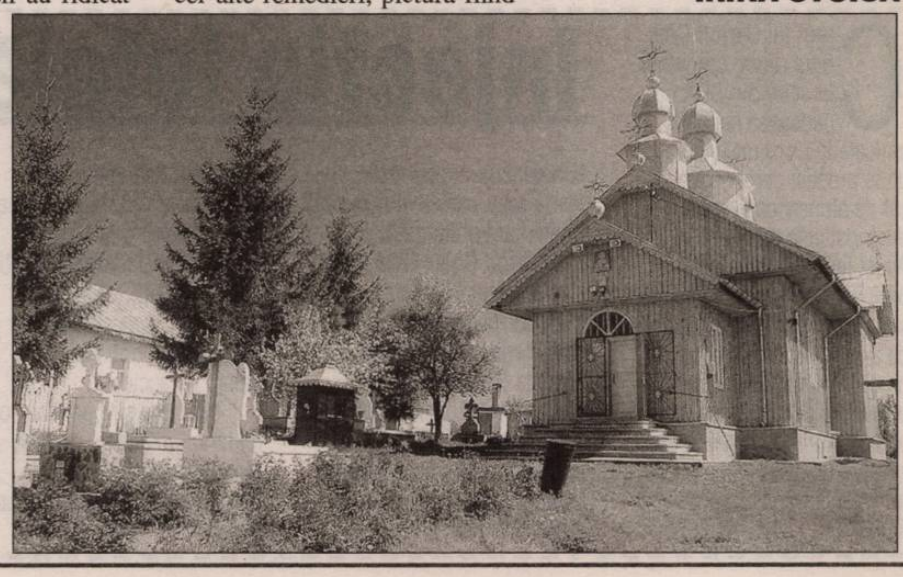
După Unirea din 1859, ctitorul pleacă la Napoli, iar locaşul este lăsat în grija surorii sale, Pulcheria Ghica, măritată cu Moret de Blaramberg, cei doi având patru copii: Alexandrina, Nicolae, Constantin şi Alexandru. Ulterior, unicul moştenitor a ajuns Maria Blaramberg, soţia lui Constantin, aghiotant al lui Carol I. Constantin Blaramberg restaurează exteriorul bisericii şi, după 21 de ani, Maria impune alte importante reparaţii, în vreme ce pictorul Gheorghe Ioanid repictează interiorul.

Cutremurul din 1940 cauzează avarii substanţiale şi se cer alte remedieri, pictura fiind restaurată de Ionel Ioanid. După 15 ani se impun noi reparaţii, interiorul suferind grav din cauza fumului lumânărilor, pictura fiind acum refăcută de pictorul Gheorghe Teodorescu Romanaţi. Alte importante reparaţii se fac în 1983, când se înlătură avariile produse de cutremurul din 1977.

În anul 2000 se realizează o foarte serioasă restaurare, în urma căreia locaşul este retârnosit de Preasfinţitul Episcop Varsanufie Prahoveanul.

În anul 2008 este construită o nouă clopotniţă, înzestrată cu două clopote. Biserica are iconostasul din cărămidă, cu icoane pe lemn, iar pictura iniţială, în stil renascentist şi atent restaurat în câteva rânduri, este bine păstrată. Mobilierul este confecţionat din lemn sculptat, iar printre odoarele locaşului poate fi amintită Evanghelia dăruită de Alexandru Ghica, având ferecătura de argint cu iconiţe de email şi racla cu moaşte ale unor sfinţi.

IRINA STOICA



O capitală a artei

E destul de dificil să-ţi imaginezi ce înseamnă să fii locuitor al Florenţei. Cum ar fi să trăieşti în oraşul numit „Capitala mondială a culturii renascentiste" (UNESCO). Acest exerciţiu de admiraţie cotropitoare are o denumire ştiinţifică, şi anume „sindromul Stendhal".

Palatul Pizzi

Autorul francez şi-a descris reacţiile psihosomatice faţă de minunile culturale ale Florenţei într-un jurnal de călătorie (1817), descoperind că avalanşa de capodopere ale artei plastice şi încărcătura culturală uluitoare ale acestei capitale spirituale a Italiei i-au dereglat metabolismul. Expresia „sindromul Stendhal" a devenit notorie abia în 1979, datorită Graziellei Magherini, un reputat psiholog italian, care a cunoscut şi descris „patologia admiraţiei faţă de Florenţa" manifestată de unii pacienţi ai săi.

Câte vieţi ne-ar trebui ca să păşim în toate locaţiile culturale ale acestui oraş-minune? Vom poposi mai întâi, ca tot turistul venit de aiurea, în Piazza del Duomo (mai complet, pe româneşte „Piaţa catedralei Sfânta Maria a Florilor"), pe unde trec anual peste 5 milioane de turişti. Cam un sfert din populaţia României îşi începe periplul florentin de aici. De ce? Catedrala

Domul

pomenită (a patra ca mărime din Europa, cu 116 metri înălţime şi 153 metri lungime) este vecină cu formidabila „Clopotniţă a lui Giotto" (84 m înălţime, pe o structură pătratică cu latura de 14 m, marmură policromă de Carrara), Baptisteriul Sf. Ioan (edificiu octogonal bazat pe un fost templu al lui Marte, cu trei porţi de bronz excepţionale, cu basoreliefuri inspirate din Biblie, unde au fost botezaţi Dante şi membrii familiei De Medici), Museo dell'Opera del Duomo (depozitar de capodopere de Michelangelo, Donatello etc.) şi Loggia del Bigallo (edificiu dedicat orfanilor şi nevoiaşilor din vremuri medievale, cu opere de artă inestimabile).

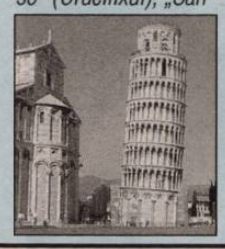
Baptisteriul Sf. Ioan

Pentru cei avizi de etichete (complet justificate), există Palatul Pitti sau „Palatul Renaşterii florentine", marele rival într-ale galeriilor de artă al lui Uffizi. Pentru cei care se întreabă dacă înflorirea culturală poate fi separată de fenomenul numit „mecenat", răspunsul este simplu. Domnul Luca Pitti, primul proprietar al palatului, a fost un mare şi înţelept bancher. Vrem, nu vrem, trebuie să recunoaştem că fenomenul bancar al Florenţei medievale a fost un catalizator al exploziei culturale şi că aici şi-au putut desfăşura activitatea de sprijin al artelor oameni bogaţi precum membrii familiei De Medici. Aceştia au cumpărat Palazzo Pitti (1549) şi au făcut din el reşedinţa marilor duci de Toscana, adică finanţatorii marilor maeştri ai Renaşterii italiene. Iar un rege înţelept, Victor Emanuel al III-lea a dat poporului italian (şi nu numai) accesul la cele mai mari galerii de artă ale Florenţei, în 1919.

Galeriile (Palatul) Uffizi, poate cele mai notorii depozitare de capodopere renascentiste şi baroce, îşi leagă fiinţarea de numele Cosimo de Medici. Iniţial, acesta a dorit un mare edificiu pentru birourile (Uffizi) magistraţilor florentini, dar pasiunea sa pentru artă a determinat transformarea în galerii de artă renascentistă. Vorbind despre acest magnet artistic mondial, revin la sindromul Stendhal: Leonardo da Vinci, Botticelli, Tiziano, Michelangelo, Rafael, Caravaggio, Rembrandt, Dürer.. Toţi laolaltă, pentru a te simţi un om copleşit de emoţia artistică. Poate că e un fel de Paradis...

Clopote istorice

Fiecare dintre cele şapte clopote ale Turnului din Pisa – acordate după cele şapte note ale gamei do major – are câte un nume cu semnificaţii aparte. În ordine, ele sunt: „Assunta" (Adormirea Maicii Domnului), „Crocifisso" (Crucifixul), „San Ranieri", „La Tertza", „La Giustizia" (Justiţia, care bătea la execuţia criminalilor şi trădătorilor), „Vespruccio" (Rugăciunea de seară) şi „Dal Pozzo" (numele unui arhiepiscop local). Cel mai greu este Assunta (2,6 tone), iar cel mai uşor este Vespruccio (120 kg).



ZIGZAG în timp şi spaţiu

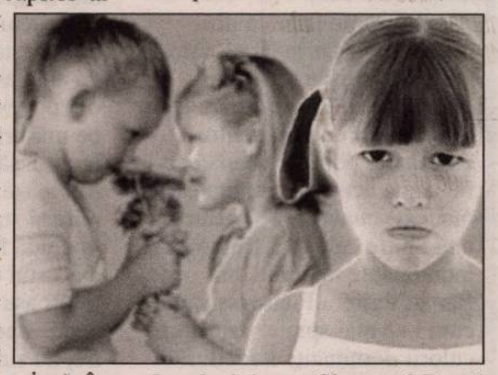
Otravă în suflet

Una dintre sursele sigure de nefericire ale omului este gelozia, cu toate nuanţele şi aspectele ei culturale, sociale şi chiar religioase. De obicei, sociologii au drept ţintă în analizele lor gelozia de ordin sentimental şi amoros, pentru că această faţetă a emoţiilor umane este cea mai frecventă.

Demonstrarea faptului că gelozia sentimentală este un flagel al relaţiilor interumane este făcută de acel capitol al criminalităţii numit „crima pasională". În veacurile din urmă, relaţiile extraconjugale ale unuia dintre soţi era prilej de crimă, iar dragostea rănită era considerată circumstanţă agravantă; de exemplu, în Codul lui Napoleon, soţul încornorat nu era pedepsit dacă-şi omora soţia prinsă în flagrant delict de adulter. Treptat, această interpretare a geloziei criminale a căpătat nuanţe moderne şi s-a consacrat conceptul de „nebunie temporară".

Astfel, în dreptul penal american există o referinţă istorică în acest sens: în anul 1859, congressman-ul Daniel Sickels din New York a fost achitat pentru „nebunie temporară", atunci când a fost judecat pentru uciderea amantului nevestei sale, Philip Barton. Acest caz a devenit un precedent şi pentru alte jurisdicţii penale. În Franţa, în anii 70 ai secolului trecut, această situaţie a fost eludată. De altfel, în etimologia termenului de gelozie apar cuvinte din latină şi greacă desemnând fie un „exces de zel", fie o „fierbere".

Nici pentru gelozie şi nici pentru fericire nu există o definiţie unanim acceptată. Sociologii spun că ansamblul de emoţii reprezentând gelozia este cauzat de ameninţarea unei valori care ne aparţine; de cele mai multe ori, este vorba despre insecuritatea iubirii sau a unei prietenii, fapt care provoacă furie, tristeţe, dezgust. Din acest punct de vedere, gelozia este aceeaşi, trecând graniţele culturale sau etnice. Cazul celebru Othello-Desdemona este emblematic. Dar există şi alte forme de gelozie, cum ar fi aprecierea de către şef a unui subaltern sau a altuia ori comportamentul special acordat de un profesor unui anume elev.



La rândul său, Sigmund Freud a detectat gelozia intrafamilială, generatoare de complexe de ordin psihiatric; este vorba despre gelozia băiatului faţă de dragostea dintre mama sa şi tatăl său (complexul lui Oedip).

În cultura populară se face de multe ori confuzie între gelozie şi invidie – o altă sursă majoră de nefericire. Numai că invidia este generată de valori pe care subiectul nu le posedă, spre deosebire de gelozie, în care-şi vede ameninţată o posesie personală.

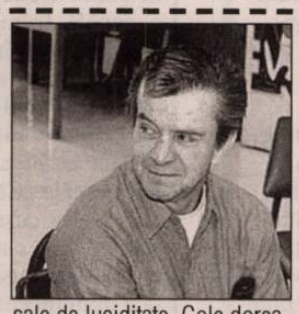
Pagină realizată de
PAUL IOAN

Injecţie letală

Cazul lui Carroll Cole, unul dintre criminalii în serie din SUA cu pedeapsa capitală aplicată la un scurt interval de la proces, demonstrează cât de aluneacoase sunt diagnosticele psihiatrilor. Acest individ cu serioase probleme psihice s-a internat singur într-un ospiciu, înainte de a-şi începe seria de omoruri. A mărturisit cu onestitate doctorilor că este copleşit de halucinaţii în care se vede ucigând femei şi că nu vrea să transforme „visele" în realitate. şi totuşi, el a fost eliberat cu un diagnostic foarte grav, care ar fi necesitat o internare prelungită.

Carroll Cole (1938-1985) şi-a petrecut copilăria sub teroarea mamei sale, care făcea orgii sexuale acasă, în absenţa bărbatului plecat militar. Din acea perioadă, în subconştientul lui Cole s-a născut o ură feroce împotriva femeilor. La şcoală a fost un elev foarte bun, cu un coeficient de inteligenţă excepţional (152). Dar prima crimă a făcut-o la 10 ani (avea să mărturisească mulţi ani mai târziu), când şi-a înecat un coleg de clasă. Faptul a fost considerat atunci un accident.

Tinereţea şi-a petrecut-o mai mult în arestul poliţiei, din cauza infracţiunilor minore pe care le comitea cu regularitate. Dar în clipele



sale de luciditate, Cole dorea să-şi întemeieze o familie şi să ducă o viaţă normală. Din nefericire, femeia cu care s-a însurat (ospătăriţă) s-a dovedit a fi o alcoolică înrăită care i-a accentuat conflictele interioare. Din cauza deselor scandaluri, el s-a obişnuit să plece zile întregi de acasă. În acea perioadă a ucis prima femeie – victima fiind aleasă întâmplător. Văzând că poliţia este departe de a-i da de urmă, psihopatul a recidivat şi ajuns să ucidă 14 femei de diferite vârste, în perioada 1971-1980. Culmea este că în acest interval el a divorţat şi s-a căsătorit a doua oară, având aceeaşi intenţie de a se „potoli" – după cum mărturisea el însuşi. Dar şi a doua căsnicie a fost un dezastru, iar la a şaisprezecea crimă a fost depistat de poliţie. Arestat, el a dorit să coopereze cu anchetatorii, dar pur şi simplu nu-şi mai amintea unde transportase corpurile neînsufleţite, pentru că era mai tot timpul în stare de ebrietate. În aproape toate cazurile fusese vorba despre femei „preluate" din tavernele pe care le frecventa şi care se aflau departe de domiciliu... Cu toate diagnosticele sale psihiatrice, Carroll Cole, zis „Răzbunătorul", a fost condamnat la moarte şi executat prin injecţie letală în 1985, în statul Nevada.